SEBASTIAN PAPAIANI

un surâs în plină toamnă

Recent, ne-am luat rămas-bun de la unul dintre cei mai îndrăgiți actori pe care i-a avut scena românească de teatru: Sebastian Papaiani. În cei peste 50 de ani de carieră, marele actor a întruchipat zeci de personaje de teatru și de film, jucând în peste 60 de producții cinematografice și de televiziune, rămânând în memoria celor care l-au îndrăgit cu roluri intrate în legendă, am spune, precum Păcală și plutonier Căpșună.

„Îndrăgostit" de John Wayne

Așa cum s-a întâmplat cu marea majoritate a actorilor din generația sa, Papaiani a pornit în viață de jos, fiind crescut într-o familie modestă, cu origini grecești, numele lui adevărat fiind Sevastian Papaiane. Dar toată lumea i-a spus, încă de mic, „Bică", și tot de mic a fost mânat de dorința arzătoare de a deveni un bun slujitor al scenei, lucru care s-a și întâmplat.

Și-a petrecut copilăria într-un cartier de la marginea Piteștiului, tatăl său, Alecu Papaiani, fiind proprietarul unei curți și având drept vecini coșari, geambași, lustragii care închiriau apartamentele de două camere, disponibile în acea zonă. Traiul alături de aceștia l-a ajutat, ulterior, să construiască personaje din lumea lor, credibile și populare – să nu uităm că în „Roșcovanul" Sebastian Papaiani a interpretat cu mult umor chiar și un găinar mărunt, dintr-un târg de provincie!

Era fascinat încă de pe atunci de circul ce venea în cartier și filmele ce rulau în acei ani și, la vârsta la care alți adolescenți trăiau deja primii fiori sentimentali, el era îndrăgostit de cea de-a șaptea artă și făcuse o mare pasiune pentru... John Wayne și filmele western, în care se visa jucând. Sebastian a început să-și satisfacă pasiunea pentru teatru la vârsta de 17 ani, pe când era elev la liceul „I.C. Brătianu" și s-a înscris la o trupă de amatori, condusă de profesorul de limba și literatura română – fost director al Teatrului din Iași. Acesta a fost omul care i-a inoculat microbul teatrului, după cum declara actorul într-un interviu.

Spre culmile gloriei

Îndrumat de Crina Cojocaru, fostă Miss România, se înscrie la Institutul de Artă Teatrală și Cinematografică unde este admis alături de alți 69 de tineri aspiranți. Dintre aceștia, doar 25 reușesc să-și îndeplinească visul, deoarece criteriile de selecție erau foarte severe. Primește diploma de absolvent în 1960, apoi este repartizat la Teatrul Național din Cluj. Se oprește însă la Sibiu, la dorința expresă a tatălui său, unde cunoaște oameni extraordinari. În 1963, debutează în film cu un rol în comedia „Un surâs în plină vară".

Este imediat remarcat de critici și cucerește efectiv publicul cu veselia și pasiunea cu care își joacă rolurile. Drept urmare, este distribuit în fiecare an în producții dintre cele mai diverse, comedii și drame deopotrivă, devenind din ce în ce mai popular.

Filme ca „Alo, aterizează străbunica!", „Nea Mărin miliardar", „Toate pânzele sus!", „Ultimul cartuș", „Păcală", „Astă-seară dansăm în familie", seria BD, piese precum „Bani de dus, bani de întors", „Domnișoara Anastasia", „Omul cu mârțoaga", „Mincinosul", dar și seriale ca „Numai iubirea" sau „Lacrimi de iubire" i-au scris numele cu litere de aur în cartea marilor artiști români.

Un titan al teatrului românesc

În teatru, Sebastian Papaiani a jucat pe scena de la Odeon, dar și la alte teatre bucureștene. A fost Firs în „Livada de vișini" de A.P. Cehov, Regele Salemului în „Alchimistul" după Paulo Coelho, Ion Sorcova în „Domnișoara Nastasia" de G.M. Zamfirescu, Bătrânul actor comic în „Astă seară se joacă fără piesă" de Luigi Pirandello, Marcel în „Așteptam pe altcineva" de Paul Ioachim, Figaro în „Bărbierul din Sevilla" de Beaumarchais, Surdu în „Milionarul sărac" de Tudor Popescu, Boult în „Pericle" de W. Shakespeare, Prezentatorul Chitlaru în „Opinia publică" de Aurel Baranga, Belu în „Comedie fără titlu" de Ion Băieșu, Miron în „Steaua fără nume" de Mihail Sebastian, Nică în „Liola" de Carlo Goldoni, Ionică Para în „Să nu-ți faci prăvălie cu scară" de Eugen Barbu.

A făcut carieră alături de nume mari ale teatrului și cinematografiei românești, fiind coleg și prieten cu Toma Caragiu, Amza Pellea, Jean Constantin, Colea Răutu, Ion Besoiu. Draga Olteanu Matei, Stela Popescu, George Constantin, Puiu Călinescu, Ștefan Mihăilescu Brăila au fost și ei colegi de scenă și de viață ai marelui actor. Ștefan Bănică și Ștefan Iordache i-au fost cei mai buni prieteni. De altfel, la insistențele acestuia din urmă, Sebastian Papaiani și-a cumpărat, în 2006, o casă la Gruiu, lângă București, chiar dacă își dorea una pe Coasta de Azur, după cum cu umor declara, unde a locuit împreună cu soția, Marcela.

Grădina plină cu flori, pomi și animale domestice, i-a oferit lui Papaiani cadrul excelent pentru meditație și liniștea pe care o caută toate marile spirite la apusul vieții... La 13 decembrie 2002 a fost decorat cu Ordinul Național „Serviciul Credincios în grad de Cavaler", alături de alți actori, „pentru devotamentul și harul artistic puse în slujba teatrului românesc", cu prilejul împlinirii unui veac și jumătate de existență a Teatrului Național „I.L. Caragiale" București.

Fără vreun regret și pe negândite, s-au scurs 53 de ani de carieră. S-a stins fericit și mulțumit de ceea ce a realizat în viață, de faptul că a fost iubit și apreciat de public. Noi îl asigurăm că va rămâne pururi în memoria celor care l-au admirat.

Pagină realizată de

GABRIEL TUDOR

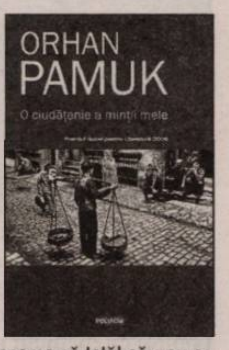
Colțul cu litere

O poveste din celălalt Istanbul

Nu cu mult în urmă, la editura Polirom a apărut romanul *O ciudățenie a minții mele* semnat de scriitorul turc, laureat al Premiului Nobel pentru Literatură în 2006, Orhan Pamuk. Romanul (traducere din limba turcă și note de Luminița Munteanu) este o epopee modernă, desfășurată pe parcursul a mai bine de patru decenii (1969-2012), în centrul căreia se află unul dintre milioanele de „personaje secundare" ale Istanbulului: iaurgiul și bragagiul Mevlut Karataș.

Povestea adeseori înduioșătoare a contraeroului Mevlut Karataș, cu bucuriile, sensibilitățile, izbânzile și, mai ales, eșecurile sale, este de fapt povestea „celuilalt Istanbul", a vânzătorilor stradali, a cartierelor de barăci, a imigranților din Anatolia care ajung să schimbe, treptat, textura și stilul de viață tradițional al orașului, pe valul ambiguu al pribegiilor moderne. Modernizarea orașului, petrecută pe fundalul eternelor frământări politice, se asociază cu dispariția unor îndeletniciri tradiționale, cu modificarea dramatică a peisajului uman, cu nenumărate înfrângeri personale, nevăzute și neștiute, care marchează destinele „generațiilor pierdute" ale Istanbulului contemporan.

„Femeile din aceste pagini sunt fabuloase... În mijlocul uriașei întinderi a Istanbulului, între Orient și Occident, Pamuk folosește o mulțime fremătătoare de personaje ca să spună povestea unei culturi mereu în schimbare și a multelor sale discordii", se scrie în cronica din *The Boston Globe*. Cât despre autor, să subliniem că Orhan Pamuk s-a născut în 1952, la Istanbul, și a crescut într-o familie numeroasă, într-o zonă înstărită din Nișantași. La 23 de ani, Orhan Pamuk se hotărăște să devină romancier. Scrie romane de treizeci de ani și nu a avut niciodată altă meserie. Cărțile i-au fost traduse în mai mult de cincizeci de limbi. Iată și o mostră de stil Orhan Pamuk: „În primele luni petrecute la Istanbul, Mevlut asculta cu mare băgare de seamă noaptea, când stătea întins în pat, zgomotul orașului, care răzbătea din depărtări. Uneori, când se trezea înspăimântat din somn, auzea cum răsuna în tăcere, venind de hăt departe, lătratul câinilor, își dădea seama că tatăl său nu se întorsese încă acasă și-și afunda capul în plapumă, căznindu-se să adoarmă la loc. Cum pe vremea aceea era copleșit noaptea de spaima câinilor, tatăl său l-a dus la un seyhl care locuia într-o casă de lemn din Kasimpasa, cerându-i acestuia să-i citească rugăciuni și să sufle asupra sa. Mevlut urma să-și aducă aminte, peste ani de zile, de acest lucru.



Într-o noapte a descoperit că, în vis, chipul lui Schelet, directorul adjunct al Liceului de Băieți Atatiirk, aducea cu capul acela de mort care-i spunea, de pe stâlpul de electricitate, PERICOL DE MOARTE. Îl cunoscuse pe Schelet când tatăl său îi dăduse acestuia, pentru înscriere, diploma de școală primară adusă de la țară. Seara, Mevlut nici măcar nu-și ridica privirea din cartea de matematică, pentru că nu dorea defel să dea ochii cu Duhul despre care credea că-l pândește de dincolo de fereastra întunecată. De aceea nu era în stare uneori nici măcar să se bage în pat, ca să se culce.

Mevlut a cunoscut cartierele din Kiiltepe, din Duttepe și de pe celelalte dealuri cu ajutorul lui Silleyman, care în răstimp de un an se deprinsese foarte bine cu locurile acelea. A văzut astfel o sumedenie de barăci; unele dintre ele abia aveau turnată fundația, altele aveau zidurile ridicate doar până la jumătate, în vreme ce altele chiar erau pe cale să fie terminate. În cele mai multe dintre ele locuiau doar bărbați".

GEORGE CUȘNARENCU

CEZARIANA
şi sănătatea bebeluşului

Copiii născuţi prin cezariană pot deveni obezi mult mai uşor decât cei născuţi prin naştere naturală, conform unui studiu recent realizat la Universitatea Harvard. În cadrul studiului s-a descoperit că bebeluşii născuţi prin cezariană pot dezvolta mult mai uşor obezitate atunci când sunt mici, dar şi când sunt adulţi sau adolescenţi. Naşterile prin cezariană sunt fără niciun dubiu necesare, spun specialiştii.

În acelaşi timp, operaţia implică şi anumite riscuri atât pentru mamă, cât şi pentru nou-născut. Descoperirea noastră dezvăluie că riscul obezităţii este un factor de luat în considerare", a adăugat el.

Participanţii (peste 22.000 de adulţi), care la momentul începerii studiului (1996) aveau vârste între 9 şi 14 ani, au avut indicele de masă corporală urmărit de-a lungul a 16 ani. De asemenea, cercetătorii au colectat date privind factorii care le-ar fi putut afecta obezitatea, inclusiv indicele de masă corporală al mamei înainte de naştere, fumatul şi vârsta la care copiii au fost concepuţi. Informaţiile au dezvăluit că participanţii care au fost născuţi prin cezariană (22% din grup) prezentau cu 15% mai multe riscuri să devină obezi faţă de cei care s-au născut pe cale naturală (78%). Subiecţii care aveau şi fraţi (12.903 din totalul de 22.068 din grup) născuţi tot prin cezariană aveau un risc cu 64% mai mare să devină obezi, spre deosebire de fraţii şi surorile lor născute pe cale naturală. Pe de altă parte, copiii născuţi prin cezariană dezvoltă mai puţine bacterii intestinale, aşadar au metabolismul mult mai lent.

Vremuri grele pentru timpane!

Vă place să ascultaţi muzică dată la maximum? Dacă da, înseamnă că vă premeditaţi singuri detriorarea ireversibilă a auzului. Depinde însă şi în ce fel o faceţi.

O trecere în revistă a unei cercetări realizate în 2010 a constatat faptul că nu există suficiente probe audiometrice directe care să poată spune că auzul se deteriorează strict prin ascultarea muzicii la căşti, precizează Mediafax. Astfel, The MRC Institute of Hearing Research a lansat un studiu online pentru a vedea dacă poate găsi dovezi care să lege pierderea auzului de playerele audio personale. Participanţii au fost rugaţi să asculte muzică la volum foarte ridicat şi apoi să facă un experiment de ascultare. MRC afirmă că nu se ştie, cu toate acestea, cât de tare ascultă oamenii muzică la căşti sau cât de des fac acest lucru. Ceea ce ştim este că playerele audio personale pot ajunge la un volum între 95 şi 105 decibeli (dB).

Campania The Dangerous Decibels realizată de Universitatea de Sănătate şi ştiinţă din Oregon susţine că auzul ar fi trebuit să fie afectat după 15 minute de ascultat muzică la nivel maxim. Aceasta, deoarece zgomotele puternice provoacă pierderea auzului prin deteriorarea stereociliei: firele micuţe de păr care stau pe partea de sus a celulelor din urechea internă. Mai mult, zgomotul provoacă vibraţii – modifică tensiunea din celulele de păr – şi apoi trimite mesaje chimice prin nervi la creier, tot acest proces afectând auzul. Volumul puternic este foarte periculos pentru auz şi de aceea, recomandarea specialiştilor este să luăm pauze frecvente atunci când ascultăm muzică la căşti. Există unele cercetări care arată faptul că vitaminele antioxidante, cum ar fi vitamina C, au abilitatea de a preveni pierderea auzului. Astfel, ori de câte ori ascultăm muzică la căşti, putem consuma un măr sau o portocală, pentru a acumula vitamina C.

Concluzia cercetătorilor e că ascultatul muzicii la căşti constituie un factor care poate determina probleme de auz. Dacă avem căşti de calitate şi ascultăm la un volum normal, muzica la căşti nu este chiar atât de periculoasă, totuşi pauzele sunt esenţiale, la fel ca evitarea căştilor atunci când acestea nu sunt necesare.

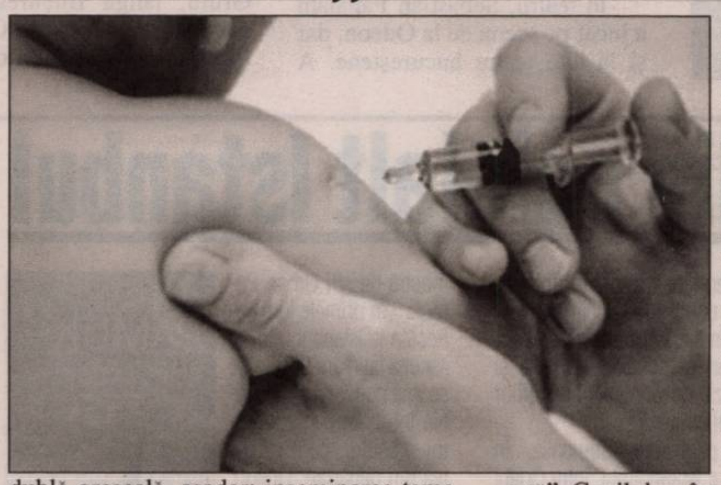
Umbra cancerului

Ne îngrozeşte numai pronunţarea numelui bolii, dar adevărul este că prea puţin ne şi informăm în legătură cu ceea ce ne-ar putea ajuta să evităm apropierea de organismul nostru a spectrului ei. Totuşi, e foarte util să ştim că există anumite semnale pe care le putem percepe noi înşine în legătură cu un asemenea pericol şi, desigur, care anume sunt cele mai importante dintre acestea. Pentru că, fără niciun fel de exagerare, observarea acestor simptome ne-ar putea salva viaţa, un diagnostic pus la timp în cazul cancerului putând face diferenţa dintre viaţă şi moarte.

Medicii recomandă aşadar tratarea cu atenţie a simptomelor suspecte, dintre care cele menţionate mai jos sunt considerate cel mai uşor de perceput: ● pierderea inexplicabilă în greutate ● apariţia unor alunițe cu o formă neregulată ● tusea persistentă, diareea constantă sau constipaţia ● senzaţia că nu ţi-ai golit complet intestinele după scaun ● sânge în vomă, urină sau fecale. În concluzie, e nevoie de mare atenţie, căci boala nu-şi face simţită prezenţa cu surle şi tobe, dar „umbra" ei poate fi totuşi întrezărită.

Când vine „tanti" cu seringa...

„Dacă nu eşti cuminte, vine doctorul şi-ţi face injecţie!" Cam aşa sună o ameninţare cumva intrată în „tradiţie" în multe familii, atunci când e nevoie ca micuţul pus pe joacă şi pe năzbâtii îşi supără prea mult părinţii, bunicii ori bona.



În ciuda unui adevăr dureros, şi anume că trăim într-o ţară unde educaţia medicală este la pământ în ceea ce priveşte cunoştinţele de bază deprinse în copilărie sau adolescenţă, foarte mulţi părinţi folosesc pe post de sperietoare o vizită la medicul care, în realitate, face tot ce ştie ca să-l ajute pe micul pacient.

Psihologii susţin că în mare parte reticenţa de mai târziu a adultului faţă de medici are la bază exact această manieră rudimentară de educaţie. şi asta, deoarece în primii ani de viaţă, când discernământul este într-un stadiu incipient sau e absent, cuvintele părinţilor înseamnă literă de lege. În funcţie de personalitatea şi temperamentul copilului, acesta poate dezvolta chiar fobii faţă de medici. Nu o dată se întâmplă ca părinţii chiar să-şi ducă odraslele la medic cu ameninţarea injecţiei şi ajung să joace scenete în faţa micuţului, să cadă la pace în faţa acestuia, care se bucură astfel că a scăpat de un coşmar. O dublă greşeală, aşadar: inseminarea temerilor faţă de medici şi construirea educaţiei prin şantaj. Cu toate acestea, există maniere inteligente, eficace de a împrieteni copilul cu medicul pediatru, dar e adevărat că ele presupun mai multă aplecare şi responsabilitate, iar acestea iau mai mult timp. Adică exact ceea ce adulţii nu au, plasând astfel în viitorul copiilor „bombe cu ceas". Încrederea faţă de medic este vitală, trecând peste faptul că reprezintă un semn de civilizaţie. Părinţii responsabili pot să inventeze jocuri pentru a-l determina pe copilul lor să devină apropiat doctorului. Apoi, există şi varianta cea mai inteligentă: să transforme vizita la medic într-o lecţie de şcoală distractivă, cu „lecţii" de genul „Astăzi învăţăm despre viruşi, adică mişte monstruleţi care ne dau roşu în gât, pentru că vor să ne facă să tuşim, ca să nu mai mâncăm înghe-ţată". Copilul va întreba, firesc, de ce sunt viruşii supăraţi pe el.

Atunci, cel mai bun răspuns este la fel de educativ: când erau mici, viruşii n-au ascultat de mămicile lor, şi s-au făcut răi, dar nenea doctorul are ac de cojocul lor. Durerile de burtică pot fi tratate într-o manieră la fel de prietenoasă, iar astfel, medicul poate deveni chiar un exemplu pentru copii: al binelui care învinge răul. Pentru că, să nu uităm: temerile pe care le sădim în inimile copiilor noştri durează o viaţă!

PE SCURT
despre sănătatea dumneavoastră

Multrăspândita ecografie sau ultrasonografia este metoda prin care sunt vizualizate diferite organe şi ţesuturi ale corpului uman, cu ajutorul ultrasunetelor. Imaginile ecografice se obţin în timp real, fiind astfel posibil să vizualizăm structura şi mişcarea organelor interne. Ecografia Doppler este o aplicaţie specială a ecografiei prin care se poate evalua direcţia şi viteza fluxului sanguin în vasele mari ale gâtului, abdomenului, mâinilor şi picioarelor. Este o metodă noninvazivă şi nedureroasă, care poate oferi foarte multe informaţii despre organul cercetat. Analizând structurile corpului uman de sus în jos, pot fi vizualizate prin ecografie: ● orbita şi globul ocular ● vasele mari ale gâtului ● tiroida şi glandele paratiroide ● inima; ● glanda mamară (sânul) ● organele abdominale – ficat, vezica biliară, splina, pancreasul, rinichii, vezica urinară; ● organele pelviene – uter, ovare, prostată, vezicule seminale; ● vasele de sânge mari – aorta, arterele renale, vena portă, vena splenică, arterele iliace; ● sarcina normală şi patologică; ● testiculele.

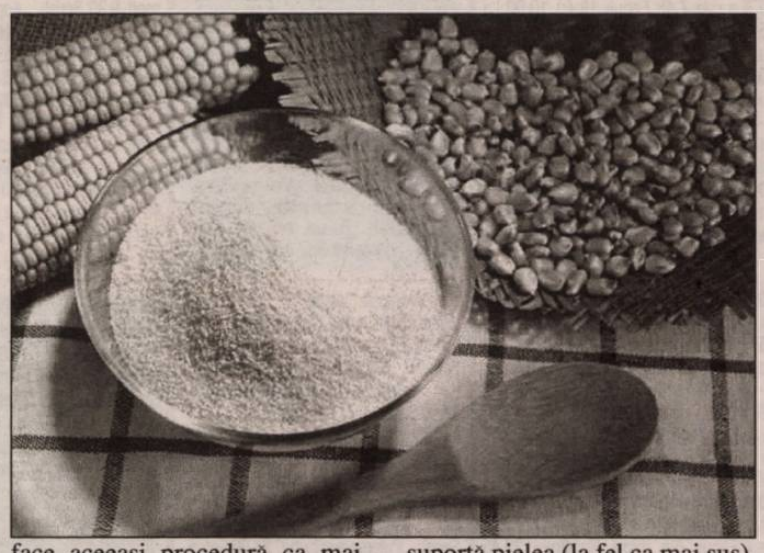
Ecografia Doppler are un rol important în diagnosticul şi evaluarea tumorilor şi malformaţiilor congenitale, plăcilor ateroscleroticе vasculare, prezenţei sau absenţei fluxului sanguin într-un vas de sânge. Ea este, de asemenea, utilizată în ghidarea procedurilor intervenţionale atunci când trebuie să obţinem o probă de ţesut pentru analiza anatomopatologică, sau când trebuie să evacuăm colecţii fluide de tipul chisturilor sau abceselor.

Faci o ecografie. Dar ştii ce este?

Ultrasonografia este o metodă care nu cunoaşte, deocamdată, contraindicaţii şi se adresează multor pacienţi, dar, în special, femeilor însărcinate. Metoda poate pune diagnosticul precoce de sarcină în evoluţie, unică sau multiplă, intra- sau extrauterină, este vizualizat sacul gestaţional, mai târziu embrionul, precum şi mişcările active fetale şi activitatea cardiacă a produsului de concepţie, placenta. Ultrasonografia poate măsura cu acurateţe lungimea embrionului şi aprecia în funcţie de lungimea fătului vârsta sarcinii. Se pot vizualiza precoce unele malformaţii cardiace, eventuale colecţii lichidiene (sânge) care pot pune în pericol sarcina. În mod normal, ultrasonografia trebuie făcută de femeile aflate în săptămânile 18-20 de sarcină. Astfel, medicul confirmă dacă placenta este sănătoasă şi normal ataşată şi dacă fătul creşte normal în uter. Tot atunci se pot observa mişcările corpului bebeluşului, a braţelor, a picioarelor şi bătăile inimii. Sexul bebeluşului poate fi determinat din săptămâna a 20-a de sarcină, dar anunţaţi medicul dacă doriţi să cunoaşteţi sau nu acest lucru. Nu uitaţi că această metodă de determinare a sexului nu este sigură în totalitate. După indicaţiile medicului, ultrasonografia poate fi făcută şi mai devreme.

Mămăliga tratează ficatul

Era şi încă este „pâinea" ţăranului român, dar şi un deliciu culinar pentru mulţi. Nu însă la fel de mulţi cunosc faptul că banala mămăligă, pe care fiecare dintre noi o consumăm mai mult sau mai puţin, reprezintă un remediu pentru tuse, bronşite, gripă, eliminarea pietrelor de la bilă şi pentru alte afecţiuni. Cum se foloseşte acest insolit remediu?

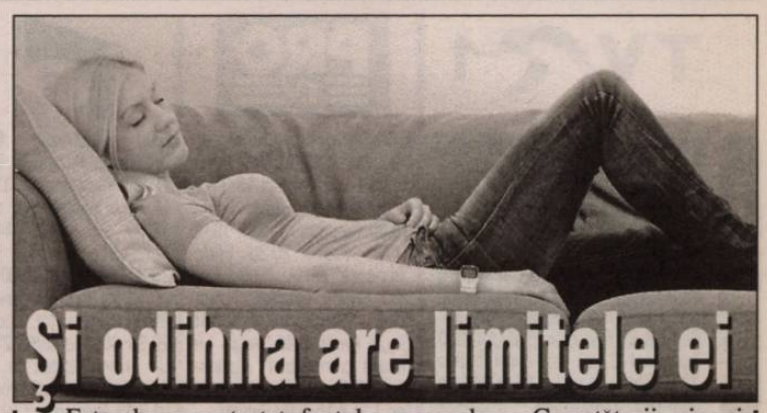


■ ***Împotriva durerilor în gât şi a răcelii.*** Puneţi pe o tablă încinsă două linguri de mălai şi faceţi inhalaţii cu fumul produs. Seara, înainte de culcare, beţi o cană cu terci (o mămăligă foarte subţire, care „curge"), în care puneţi o jumătate de linguriţă cu unt.

■ ***Împotriva bronşitei, a tusei cronice, a gripei.*** Se face aceeaşi procedură ca mai sus, dar se poate acţiona şi extern: pe o pânză, se pune mămăliga fierbinte, dar suportabilă pentru pielea bolnavului şi se aplică pe zona superioară a pieptului, ţinându-se până se răceşte; se poate repeta procedura.

■ ***Pentru un ficat sănătos.*** Preparaţi o mămăligă normală, lăsaţi-o să se răcească cât suportă pielea (la fel ca mai sus), apoi întindeţi-o pe partea ficatului, în strat de circa 2 cm. Lăsaţi astfel 15 minute, apoi daţi la o parte şi ştergeţi locul cu spirt camforat. Aceeaşi cataplasmă este foarte eficientă în zona renală, împotriva nefritelor, şi în zona subabdominală, contra cistitelor.

■ ***Pentru eliminarea pietrelor de la bilă.*** Aplicaţi dimineaţa, la două ore după micul dejun, în zona bilei, un prosop înmuiat în ceai fierbinte de muşeţel. Schimbaţi această compresă de 3-4 ori, la intervale de 15 minute. Mâncaţi pe la ora 12 o farfurie de griş cu lapte cât mai fierbinte. După 20 de minute, puneţi o mămăligă fierbinte mare, învelită într-un prosop moale, în zona ficatului. Un sfert de oră mai târziu, beţi 100 ml de ulei de măsline sau de floarea-soarelui încălzit la 37ºC şi apoi, imediat, sucul de la o lămâie. Noaptea se vor elimina pietrele.



Şi odihna are limitele ei

Este de necontestat faptul că în lipsa odihnei nicio fiinţă umană nu ar putea supravieţui nici măcar unui stil de viaţă prin excelenţă sedentar. Deloc paradoxal, valabilă e şi reciproca: siesta, ale cărei binefaceri pentru sănătate sunt periodic lăudate în mod justificat, are legătură cu un risc sporit de diabet în cazul în care durează mai mult de o oră, potrivit unui studiu japonez (totuşi, primit cu unele rezerve de experţi independenţi). Persoanele obişnuite cu sieste mai mari de 60 de minute pe zi prezintă un risc semnificativ mai mare de a suferi de diabet de tip 2, în raport cu cele care nu îşi fac siesta, au observat patru cercetători de la Universitatea din Tokyo, fără a dovedi însă o legătură de tip cauză-efect.

Diabetul de tip 2, care reprezintă 90% din cazurile acestei maladii, corespunde incapacităţii organismului de a regla nivelul zahărului din sânge. Dacă nu este tratată, această hiperglicemie poate cauza grave probleme de sănătate precum orbirea, scăderea sensibilităţii nervilor şi afecţiuni cardiovasculare. Cercetătorii niponi au compilat 21 de studii referitoare la peste 300.000 de persoane în total, însă nu au găsit vreo legătură statistică între durata siestelor şi riscul de obezitate.

Studiul menţionat nu dovedeşte cu certitudine că siesta provoacă diabetul, ci arată doar că există o asociere între aceasta şi boală, relaţie ce trebuie să fie studiată în cadrul unor cercetări ulterioare, potrivit comunicatului de presă care însoţeşte studiul. Rezultatele trebuie să fie privite cu precauţie, pentru că nu se poate exclude posibilitatea ca frecvenţa sporită a diabetului să fie legată de alte cauze, au avertizat mai mulţi experţi. O variantă ar fi că oamenii care sunt puţin activi şi supraponderali sau obezi sunt probabil mai înclinaţi către sieste. Or, în cazul acestor persoane există şi o mai mare probabilitate de a dezvolta un diabet. Ar putea exista însă şi o legătură de cauzalitate în sens invers: o practică a siestei cauzată de un diabet nediagnosticat, a adăugat acesta.

Remedii naturale

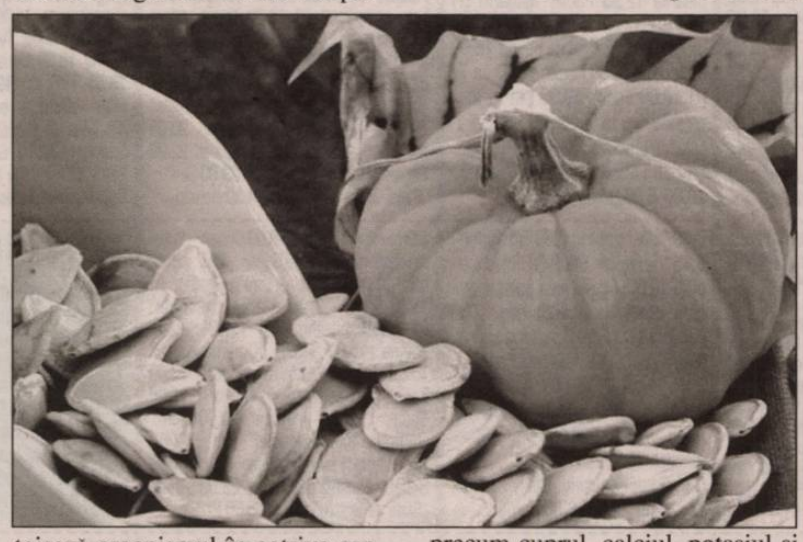
Luna plină din grădină

Considerat de unii oameni un aliment exclusiv pentru porci, dovleacul este însă şi un aliment nu doar gustos, ci şi extrem de bogat în antioxidanţi şi vitamine. Conţine vitamina A, precum şi compuşi importanţi precum leutina, xantina şi carotenul.

Dovleacul creşte sub diferite forme şi greutăţi, putând atinge chiar şi 25 de kilograme. Seminţele de dovleac constituie o sursă excelentă de proteine, minerale, vitamine şi grăsimi omega 3.

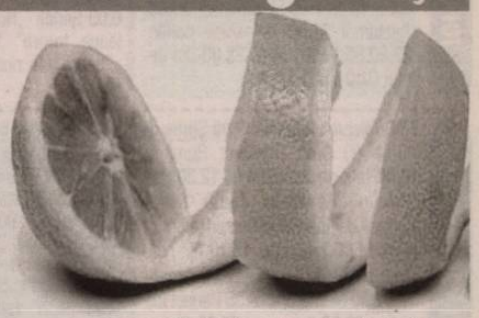
Avantaje pentru sănătate ale consumului de dovleac:

- este sărac în calorii; 100 g de dovleac furnizează corpului doar 26 de calorii şi nu conţine colesterol sau grăsimi saturate; în schimb, este bogat în fibre, antioxidanţi, minerale şi vitamine. Este recomandat de dieteticieni pentru reglarea nivelului colesterolului şi a pierderilor în greutate;
- conţine vitamina A, vitamina C şi vitamina E. Vitamina A este un antioxidant puternic necesar corpului pentru menţinerea sănătăţii pielii şi a ochilor. De asemenea, studiile au arătat că alimentele bogate în vitamina A protejează organismul împotriva cancerului la plămâni şi a cancerului oral;



- dovleacul este şi o sursă excelentă de polifenoli precum carotenul, criptoxantina şi zeaxantina; carotenul se transformă în vitamina A în organismul nostru, iar zeaxantina protejează retina împotriva razelor ultraviolete;
- dovleacul este o sursă excelentă de complexul de vitamine din gama B;
- conţine elemente foarte utile şi necesare organismului, precum cuprul, calciul, potasiul şi fosforul;
- seminţele de dovleac constituie importante surse de fibre, de grăsimi mononesaturate, care sunt benefice pentru sănătatea inimii; în plus, conţine proteine, minerale şi vitamine, precum şi triptofan – care este excelent pentru sănătatea şi implicit pentru performanţele creierului.

Beneficii ale citricelor de la gheaţă



Puţini oameni cunosc amănunte despre efectele pozitive pe care le are consumul de lămâi congelate. Însă o cercetare recentă a arătat pentru prima oară că limonoidele, un compus natural prezent în lămâi şi în alte citrice, împiedică dezvoltarea celulelor cancerigene din zona sânilor. Acest lucru arunca o lumină nouă asupra importanţei citricelor în prevenirea cancerului la sân şi susţine studii anterioare, care au arătat că un consum de citrice poate reduce riscul de cancer la sân.

De ce sunt lămâile atât de benefice? Coaja de lămâie conţine de 5 până la 10 ori mai multe vitamine decât sucul însuşi, iar coaja este de obicei aruncată. Şi nu doar atât. Coaja de lămâie ne poate ajuta să scăpăm de toxinele din corp. Lămâia este un distrugător atât de puternic al celulelor canceroase, încât s-a estimat că e de 10.000 mai puternică chiar şi decât chimioterapia. Un alt aspect interesant al lămâilor este efectul remarcabil pe care îl au asupra chisturilor şi tumorilor.

Un sfat practic: luaţi o lămâie organică, spălaţi-o şi puneţi-o în congelator. Odată ce s-a congelat, o puteţi consuma cu tot cu coajă, fără să mai fie nevoie să aruncaţi nimic din acest fruct. Nu în ultimul rând, puteţi adăuga coaja de lămâie în salate sau în orice alte mâncăruri şi nu doar să o savuraţi, ci să vă şi bucuraţi astfel de o stare de sănătate mult mai bună.

Pagini realizate de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

LUNI – 24 octombrie

TVR 1

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Ştirile de mâine (r) 10.00 Teleshopping 10.40 Doc.: „Undeva, cândva în Transilvania" 12.30 Lumea şi noi 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Ultima ediţie (r)13.30 Superconsumatorul 14.00 Telejurnal 15.30 Maghiara de pe unu 17.00 Telejurnal 17.30 Întrebări şi răspunderi 18.35 Perfect imperfect 20.00 Telejurnal 21.00 Talk-show politic 22.30 Ştirile de mâine 23.00 Ora de ştiri 0.00 -5.35 Reluări.

PRO TV

6.00 Ştirile ProTv 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Film: „Hancock" (SUA, 2008). Cu: Will Smith, Charlize Theron 22.15 Supravieţuitorul 0.15 Ştirile ProTv 0.45 Serial: „În mintea criminalului" ((ultimul ep.) 1.45 Serial: „Zboară cu noi!" (ep.1,2) 4.15-5.00 Reluări.

antena 1

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Chefi la cuţite 23.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Chefi la cuţite (r) 3.15 Acces direct (r).

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Cu lumea-n cap 7.45 Focus 18 (r) 10.00 La TV (r) 11.30 Nunţi de poveste 13.30 Teleshopping 14.00 Focus 14 14.30 Teleshopping 15.00 Cireaşa de pe tort 16.00 Camera de râs Pop Kids 16.30 Focus 17.00 Mondenii 18.00 Focus 19.30 Mama mea găteşte mai bine 20.30 Apel de urgenţă 21.30 Dosarele DNA 22.30 Trăsniţii 23.15 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 0.30-6.00 Reluări.

acasa

5.30 Vorbeşte lumea (r) 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Regina inimilor" (r) 11.30 Serial: „Laguna albastră" 12.30 Serial: „Până la capătul lumii" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii". Cu: Esmeralda Pimentel 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Intrigi în Paradis" 19.00 Serial: „Vieţi schimbate" 20.00 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-4.30 Reluări.

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.10 Dimineaţa de sport 9.30 Serial: „Aripi de mătase" (r) 10.10 Femei de 10, bărbaţi de 10 11.30 Documentar 360º – GEO 12.30 Teleshopping 13.00 Telejurnal 13.45 Auzul e un dar 14.00 Cultura minorităţilor 14.30 Minorităţi sub trei dictaturi 15.00 Duelul pianelor (r) 16.00 Magazin 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.48 E vremea ta! 19.00 Telejurnal 20.00 TVR 60 21.10 Teatru TV: „Bizoni Fabula urbană #2" după Pau Miró 23.10 Filmul de artă: „Trei Culori: Alb" (Franţa, 1994) 1.10-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

5.45 La Măruţă 7.30 Film: „Ishtar" (r) 9.45 Serial: „La bloc" (r) 12.15 Film: „Buffy, vânătoarea de vampiri" (r) 14.00 Film: „Un bacşiş de două milioane de dolari" (r) 16.00 Serial: „La bloc" 18.15 Film: „Amicul Joey" (SUA, 1957). Cu: Rita Hayworth 20.30 Film: „Empire State: Lovitura Secolului" (SUA, 2013) 22.30 Film: „Misterele casei bântuite 2" (SUA, 2013) 0.30 Film: „Cursa pentru supravieţuire" (coprod., 2011) 2.30 Cine A.M.

MARŢI – 25 octombrie

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Ştirile de mâine (r) 10.00 G Teleshopping 10.40 Talk-show politic (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Dincolo de viitor (r) 13.30 Superconsumatorul 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.00 Telejurnal 17.30 Europa mea 18.35 Perfect imperfect 20.00 Telejurnal 21.00 Talk-show politic 22.30 Ştirile de mâine 23.00 Ora de ştiri 00.00-5.35 Reluări.

6.00 Ştirile ProTv 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Film: „Taken 2: Teroare in Istanbul" (Franţa, 2012) 22.15 Supravieţuitorul 0.15 Ştirile ProTv 0.45 Serial: „În mintea criminalului" 1.45 Serial: „Homeland: Reţeaua terorii" 4.15-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Chefi la cuţite 23.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Chefi la cuţite (r) 3.15 Acces direct (r).

6.45 Teleshopping 7.15 Trăsniţii (r) 7.45 Focus 18 (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mondenii 11.30 Apel de urgenţă (r) 12.30 Focus Magazin (r) 14.00 Focus 14 14.30 Teleshopping 15.00 Cireaşa de pe tort 16.00 Mondenii 16.30 Focus 17.00 Trăsniţii 18.00 Focus 19.30 Mama mea găteşte mai bine 20.30 Film: „Război personal" (SUA, 1993). Cu: Don „The Dragon" Wilson 22.30 Trăsniţii 23.15 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 0.30-6.00 Reluări.

5.30 Vorbeşte lumea (r) 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Vieţi schimbate" (r) 10.15 Serial: „Intrigi în Paradis" (r) 11.30 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Intrigi în Paradis" 19.00 Serial: „Vieţi schimbate" 20.00 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-4.30 Reluări.

8.10 Dimineaţa de sport 9.30 Serial (r) 10.10 Femei de 10, bărbaţi de 10 11.30 Documentar 360º – GEO 12.30 Teleshopping 13.00 Telejurnal 14.00 Cultura minorităţilor 14.30 Minorităţi sub trei dictaturi 15.00 TVR 60 (r)16.00 Magazin 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR 60 19.00 Telejurnal 20.00 TVR 60 21.10 Destine ca-n filme 22.00 Poveste după poveste 23.10 Film: „Despre oameni şi melci" (România, 2012). Cu: Şerban Pavlun 1.10-6.00 Reluări.

6.30 Film: „Amicul Joey" 8.45 Ce spun românii (r) 9.45 Serial: „La bloc" (r) 12.15 Film: „Blankman" (r) 14.15 Film: „Fraierul" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Ptiu!" (SUA, 1954). Cu: Jack Lemmon, Jack Carson 20.30 Film: „Păcătoasa" (SUA, 2010) 22.30 Film: „Filmul 43: Scandalos" (SUA, 2012) 0.30 Film: „Sări!" (Austria, 2008). Cu: Ben Silverstone, Patrick Swayze 2.15 Cine A.M.

MIERCURI – 26 octombrie

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Ştirile de mâine (r) 9.45 Discover România (r) 10.00 Teleshopping 10.40 Talk-show politic (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 În grădina Danei (r)13.30 Superconsumatorul 14.00 Telejurnal 15.10 Convieţuiri 17.00 Telejurnal 17.30 Interes general 18.35 Perfect imperfect 20.00 Telejurnal 21.00 Talk-show politic 22.30 Ştirile de mâine 23.00 Telejurnal 0.00 -5.35 Reluări.

6.00 Ştirile ProTv 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Visuri la cheie 22.30 Jocuri de celebritate (ultima ed.) 23.30 Ştirile ProTv 0.00 Serial: „Homeland: Reţeaua terorii" 1.00 Serial: „Zboară cu noi!" 3.15-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 În puii mei! 21.30 Serial: „Băieţi de oraş" 22.30 În puii mei – Xtra Show 23.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 În puii mei! (r) 3.15 Acces direct (r).

6.45 Teleshopping 7.15 Trăsniţii (r) 7.45 Focus 18 (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mondenii 11.30 Dosarele DNA (r) 12.30 Focus Magazin (r) 14.00 Focus 14 14.30 Teleshopping 15.00 Cireaşa de pe tort 16.00 Mondenii 16.30 Focus 17.00 Trăsniţii (r) 18.00 Focus 19.30 Mama mea găteşte mai bine 20.30 Cronica Cârcotaşilor 22.30 Trăsniţii 23.15 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 1.30-6.00 Reluări.

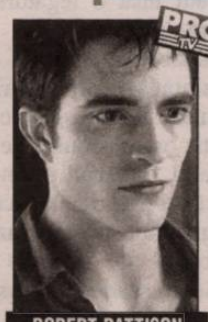
5.30 Vorbeşte lumea (r) 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Vieţi schimbate" (r) 10.15 Serial: „Intrigi în Paradis" (r) 11.30 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Intrigi în Paradis" 19.00 Serial: „Vieţi schimbate" 20.00 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-4.30 Reluări.

8.10 Dimineaţa de sport 9.30 Serial (r) 10.10 Femei de 10, bărbaţi de 10 11.30 Documentar 360º – GEO 12.30 Teleshopping 13.00 Telejurnal 14.00 Cultura minorităţilor 14.30 Minorităţi sub trei dictaturi 15.00 TVR 60 16.00 Handbal: CS HC Adrian Petrea Reşita – AHC Potaissa Turda 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR 60 19.00 Telejurnal 20.00 TVR 60 21.10 Telecinemateca: „Peter Ibbetson" (SUA, 1935) 23.10 Film: „Vremea răzbunării" (SUA, 1952) 1.00-6.00 Reluări.

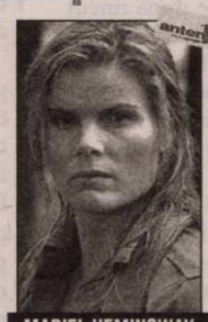
5.15 La Măruţă (r) 7.00 Film: „Ptiu!" (r) 9.0 Ce spun românii (r) 10.15 Serial: „La bloc" (r) 12.30 Film: „Fraierul" (r) 14.30 Film: „Buddy" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Bună ziua, tristeţe!" (SUA, 1958). Cu: Deborah Kerr 20.30 Film: „Anaconda 3" (SUA, 2008) 22.30 Film: „Clubul vrăjitoarelor" (SUA, 1996) 0.30 Film: „Mai bine nu se poate" (SUA, 1997) 3.00 Cine A.M.

KRIS KRISTOFFERSON
– joi, 21.10 –

RITA HAYWORTH
– luni, 18.15 –



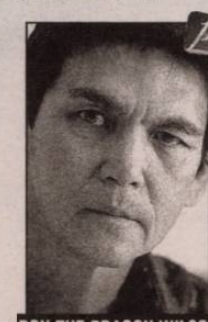
ROBERT PATTISON
– vineri, 23.30 –



MARIEL HEMINGWAY
– sâmbătă, 23.15 –

OMAR SHARIF
– sâmbătă, 20.10 –

ESMERALDA PIMENTEL
– luni-duminică, 15.00 –



DON THE DRAGON WILSON
– marţi, 20.30 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 27 octombrie

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Ştirile de mâine (r) 9.45 Discover România 10.00 Universul credinţei: Ediţie specială 12.30 Parlamentul României 13.00 Oameni ca noi 13.30 Superconsumatorul 14.00 Telejurnal 15.10 Akzente 17.00 Telejurnal 17.30 Oameni cu minte (r) 18.00 Lozul cel mare 18.35 Perfect imperfect 20.00 Telejurnal 21.00 Talk-show politic 22.30 Ştirile de mâine 23.00 Ora de ştiri 0.00 -5.35 Reluări.

6.00 Ştirile ProTv 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Fotbal: Foresta Suceava – Steaua 23.30 Ştirile ProTv 0.00 Serial: „Homeland: Reţeaua terorii" 1.00 Serial: „Zboară cu noi!" 3.15-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Next Star 23.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Serial: „Camelot" 2.00 Observator (r) 2.45 Observator special (r) 3.15 Acces direct (r).

6.45 Teleshopping 7.15 Trăsniţii (r) 7.45 Focus 18 (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mondenii 11.30 Revendicarea (r) 12.30 Focus Magazin (r) 14.00 Focus 14 14.30 Teleshopping 15.00 Cireaşa de pe tort 16.00 Mondenii 16.30 Focus 17.00 Trăsniţii (r) 18.00 Focus 19.30 Mama mea găteşte mai bine 20.30 Film: „Lanţul puterii" (coprod., 2000). Cu: Roy Scheider, Patrick Muldoon 22.30 La TV 23.15 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 0.30-6.00 Reluări.

5.30 Vorbeşte lumea (r) 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Vieţi schimbate" (r) 10.15 Serial: „Intrigi în Paradis" (r) 11.30 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Intrigi în Paradis" 19.00 Serial: „Vieţi schimbate" 20.00 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-4.30 Reluări.

8.10 Dimineaţa de sport 9.30 Serial (r) 10.10 Femei de 10, bărbaţi de 10 11.30 Documentar 360º – GEO 12.30 Teleshopping 13.00 Telejurnal 14.00 Cultura minorităţilor 14.30 Minorităţi sub trei dictaturi 15.00 TVR 60 16.00 Magazin 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR 60 19.00 Telejurnal 20.00 TVR 60 21.10 Film: „Armăsarul lui Megan" (coprod., 2013). Cu: Kris Kristofferson, Jodelle Ferland 23.10 Film: „Minţi ucigătoare" (coprod., 2004). Cu: Val Kilmer, LL Cool J 1.10-6.00 Reluări.

6.30 Film: „Bună ziua, tristeţe!" (r) 8.30 Ce spun românii (r) 9.30 Serial: „La bloc" (r) 12.00 Film: „Buddy" (r) 13.45 Film: „Amicul Joey" (r) 16.00 Serial: „La bloc" 18.15 Film: „Misterul crimei din Manhattan" (SUA, 1993). Cu: Woody Allen 20.30 Film: „Vânătoarea ultimului dragon" (coprod., 2013) 22.15 Film: „Gothika" (SUA, 2003). Cu: Halle Berry, Robert Downey Jr. 0.15 Film: „Sex şi minciuni" (SUA, 2008) 2.15 Cine A.M.

VINERI – 28 octombrie

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Ştirile de mâine (r) 9.45 Discover România 10.40 Talk-show politic (r) 12.30 Parlamentul României 13.00 M.A.I. aproape de tine 13.30 Oameni cu minte (r) 14.00 Telejurnal 15.10 Fără etichetă 16.00 EURO polis 17.00 Telejurnal 17.30 Mediatorii 18.35 Perfect imperfect 20.00 Telejurnal 21.00 Carpaţii, plămânul Europei 22.30 Ştirile de mâine 23.00 Ora de ştiri 0.00 –6.00 Reluări.

6.00 Ştirile ProTv 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Vocea României 23.00 Film: „Seduc Saga Amurg: Zori de zi" (partea a II-a). Cu: Kristen Stewart, Robert Pattinson 1.15 Serial: „Earl" (ultimele ep.) 4.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 X Factor 23.00 iUmor (r) 2.00 Observator (r) 2.45 Observator special (r) 3.15 Acces direct (r).

6.45 Teleshopping 7.15 La Tv (r) 7.45 Focus 18 (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mondenii 11.30 Revendicarea 12.30 Focus Magazin (r) 14.00 Focus 14 14.30 Teleshopping 15.00 Cireaşa de pe tort 16.00 Mondenii 16.30 Focus 17.00 La Tv (r) 18.00 Focus 19.30 Mama mea găteşte mai bine 20.30 Film: „Păcală" (România, 1974). Cu: Sebastian Papaiani, Ştefan Bănică Jr. 23.00-6.00 Reluări.

5.30 Vorbeşte lumea (r) 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Vieţi schimbate" (r) 10.15 Serial: „Intrigi în Paradis" (r) 11.30 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Intrigi în Paradis" 19.00 Serial: „Vieţi schimbate" 20.00 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-4.30 Reluări.

8.10 Dimineaţa de sport 9.30 Serial (r) 10.10 Femei de 10, bărbaţi de 10 11.30 Documentar 360º – GEO 12.30 Teleshopping 13.00 Telejurnal 14.00 Cultura minorităţilor 14.30 Minorităţi sub trei dictaturi 15.00 TVR 60 16.10 Ieri-Azi-Mâine 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR 60 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Detectiv cu greutate: Ucigaşul din Miami" (coprod., 1991). Cu: Bud Spencer 22.10 Gala umorului 23.10 Film: „Cine trage la urmă" (SUA, 2009). Cu: Michael Madsen 1.10-6.00 Reluări.

6.15 Film: „Misterul crimei din Manhattan" (r) 8.30 Ce spun românii (r) 9.30 Serial: „La bloc" (r) 12.00 Film: „Ptiu!" (r) 14.00 Film: „Bună ziua, tristeţe!" (r) 16.00 Serial: „La bloc" 18.15 Film: „Vis înaripat" (SUA, 1992) 20.30 Film: „Legea seducţiei" (SUA, 1991). Cu: Lesley Ann Warren 22.30 Film: „Bugsy" (SUA, 1991) 1.15 Film: „Furtuna de foc" (SUA, 1998) 3.00 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ – 29 octombrie

7.00 Întrebări şi răspunderi (r) 8.00 Europa mea (r) 9.00 Doc.: „Nordul sălbatic" 10.00 Superconsumatorul (r) 10.30 Zon@ 11.30 Dincolo de viitor 11.30 Vreau să fiu sănătos! 12.30 Ochiul magic (r) 13.30 Geopolitice 14.00 Telejurnal 14.30 Adevăruri despre trecut 15.00 Ora regelui 16.00 Handbal: Universitatea Cluj – HC Zalău 18.00 Exclusiv în România 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.00 O dată-n viaţă 23.00 Profesioniştii 0.00-5.35 Reluări.

7.00 Ştirile ProTv 10.00 I lile IT 10.30 Ce se întâmplă, doctore? 11.00 Arena bucătarilor 11.30 Film: „Un câţel în cupele europene" (SUA, 2004) 13.15 Film: „Legenda lui Johnny Lingo" (Noua Zeelandă, 2003) 15.00 Jocuri de celebritate (r) 16.15 Vocea României (r) 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Film: „Legea străzii" (SUA, 2013) 22.30 Film: „Charlie Talisman" (coprod., 2007) 0.30 Serial: „Legea străzii" (r) 2.30 Serial: „Prieteni de serviciu" 5.00 Film: „Un câţel în cupele europene" (r).

6.00 Observator 10.00 Camera Cafe 10.30 Chefi la cuţite (r) 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Mireasă pentru fiul meu 19.00 Observator 20.00 Te cunosc de undeva! 23.15 Film: „Misiune în linia întâi" (SUA, 2006). Cu: Mariel Hemingway 1.15 Film: „Prima lovitură a lui Jackie Chan" (Hong Kong, 1996) 2.30 Observator (r) 3.15 Film: „Misiune în linia întâi" (r).

7.00 Teleshopping 7.30 Trăsniţii (r) 8.45 Secrete de Stil 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea găteşte mai bine 12.30 Cu lumea-n cap 13.00 Focus 14.00 Film: „A doua şansă" (SUA, 2014). Cu: Dakota Fanning, Kurt Russell 16.00 Schimb de mame (r) 18.00 Focus 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Film: „Ameninţare din deşert" (SUA, 1999). Cu: Daniel Baldwin, Stacy Haiduk, Tim Abell 22.30 -6.00 Reluări.

6.00 Serial: „Catfish" 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Vieţi schimbate" (r) 10.15 Film: „Intrigi în Paradis" (r) 11.30 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Regina inimilor" 20.00 Film: „Ingredientele dragostei" (UK, 2006). Cu: Laura Fraser, Shelley Conn 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-5.30 Reluări.

7.15 Teleshopping 8.00 Natură şi sănătate (r) 8.30 Serial: „Prietenie cu năbădăi" 9.30 Serial (r) 10.00 Mic dejun cu un campion 11.00 Handbal 12.50 TVR60 13.00 Gala umorului (r) 14.10 Te vrea România! 16.00 Memorialul Durerii 17.00 Arte, carte şi capricii 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR60 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Valea făgăduinţei" (SUA, 1971). Cu: Michael Caine, Omar Sharif 22.00 Film: „Capcanele seducţie" (SUA, 1998) 0.30 -6.00 Reluări.

6.15 La Măruţă (r) 8.15 Film: „Misterul crimei din Manhattan" (r) 10.30 Serial: „La bloc" (r) 12.45 Film: „Vis înaripat" (r) 15.00 Film: „Buffy, vânătoarea de vampiri" (SUA, 1992) 16.30 Serial: „La bloc" 18.45 Film: „În ritm de step 2" (SUA, 2010). Cu: Jasmine Guy 20.30 Film: „Erin Brockovich" (SUA, 2000). Cu: Julia Roberts 23.15 Film: „La limită" (SUA, 2002). Cu: Gina Gershon 1.15 Film: „Erin Brockovich" (r) 3.45 Cine A.M.

DUMINICĂ – 30 octombrie

7.00 Teleenciclopedia (r) 8.10 Universul credinţei 9.30 Pro. Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viaţa satului 13.00 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Ultima ediţie 15.00 Politică şi delicateţuri 16.00 Handbal: Corona Braşov – AHC Dunărea Brăila 18.00 Lozul cel mare 18.30 Doc.: „Puterea binelui" 19.00 Ochiul magic 20.00 Telejurnal 21.10 Special Colectiv 23.00 Garantat 100% 0.00 Puterea binelui 0.35-5.35 Reluări.

6.00 Ce se întâmplă, doctore? (r) 6.30 Arena bucătarilor (r) 7.00 Ştirile ProTv 10.00 Ce spun românii (r) 11.00 Film: „Legenda lui Johnny Lingo" (r) 13.00 Apropo Tv 14.00 Film: „Mai rău nu se poate" (SUA, 2001) 16.00 Visuri la cheie (r) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Film: „Transformers 3" (SUA, 2011) 23.00 Film: „Malavita: O familie criminală" (coprod., 2013) 1.15 Apropo Tv (r) 2.15 Serial: „Prieteni de serviciu" (ultimele ep.) 4.45-5.00 Reluări.

6.00 Observator 9.30 Te cunosc de undeva! (r) 13.00 Observator 13.15 Next Star (r) 16.00 Observator 16.15 X Factor (r) 19.00 Observator 20.00 iUmor 22.00 Serial: „Băieţi de oraş" (r) 23.00 În puii mei! (r) 0.00 iUmor (r) 2.00 Observator (r) 3.00 Serial: „Camelot" (ep. 1,2,3).

7.00 Teleshopping 7.30 Trăsniţii (r) 8.15 La TV (r) 8.45 Casa: construcţie şi design 9.20 Teleshopping 10.00 Mama mea găteşte mai bine (r) 13.00 Focus 13.30 Film: „Masca de argint" (România, 1985). Cu: Coca Andronescu 16.00 Cronica Cârcotaşilor (r) 18.00 Focus 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Schimb de mame 22.30 Trădaţi în dragoste 0.15 Film: „Masca de argint" (r) 2.30 Iubiri secrete 5.45-6.00 Reluări.

6.00 Serial: „Catfish" 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial (r) 11.15 Teleshopping 11.30 Film: „Ingredientele dragostei" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Regina inimilor" 20.00 Film: „Prieten sau iubit" (SUA, 1998). Cu: Jennifer Aniston, Paul Rudd 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-4.30 Reluări.

7.15 Teleshopping 8.00 Cap Compas (r) 8.30 Ferma 9.30 Serial (r) 10.00 Pescar hoinar 10.30 Natură şi aventură 11.00 Handbal 13.00 Cap Compas 13.30 Natură şi sănătate 14.10 Film: „B.D. la munte şi la mare" (România, 1971) 16.00 Duelul pianelor 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR60 19.00 Telejurnal 20.10 Te vrea România! 22.10 Film: „Profetul, aurul şi ardelenii" (România, 1978). Cu: Ilarion Ciobanu, Mircea Diaconu 0.00 Deportaţii 1.10 -6.00 Reluări.

5.45 La Măruţă (r) 7.45 Film: „Buffy, vânătoarea de vampiri" (r) 9.30 Serial: „La Bloc" (r) 11.45 Film: „În ritm de step 2" (r) 13.30 Film: „Conflict în familie" (SUA, 2001) 15.30 Serial: „La bloc" 17.45 Film: „Ultima aventură" (SUA, 1993) 20.30 Film: „Anaconda" (SUA, 1997). Cu: Jennifer Lopez 22.15 Film: „Hotel particular" (SUA, 1985) 0.30 Film: „Anaconda" (r)1.45 Cine A.M.

CA LA CARTE

Integramă de **M. ALBU**

DINTE DE ELEFANT / PETRECERE UŞOARĂ		NOBILI FEUDALI / PĂZEŞTE STRUGURII		AJUNGE! / COADĂ DE COLIBRI!		PANSAT LA MIJLOC! / STÂNJENEI		ZEAMĂ ÎN PUTINĂ / ALUAT ŞI DOSPEALĂ		EA ARE DINŢI LIPSĂ / CUI BONT
SIMPLIST / NE TREC PRIN CAP						MELODII LA OPERĂ / SUNT DE FOLOS				
				A SUNA STRIDENT / ODAIE DE CULCARE					INTRAREA ÎN TRIPOU! / CASA ÎNGERILOR	
DECORAŢI ÎN RĂZBOI / CARTE DE SUCCES					VEDETĂ LA HOLLYWOOD / LIDERI DESPOTICI					APĂRUŢI DE CURÂND
		PORŢII DE MANCARE / CROCODIL PE AMAZON						A BRĂZDA OGORUL / SUNET ÎNALT		
	A LECTURA / LOVITURĂ LA TENIS					CEAŢĂ TUCIURIE / ELUTURAT ÎN LUPTĂ				APRINS LA LUMÂNARE
			OS LA UN JOC DE COPII / GRĂDINĂ ACOPERITĂ						CORNEL FUGARU / IDENTIC CU ALTUL	
PORTIERĂ / MUTAT DIN LOC / A SE VĂITA							GRĂSIME VEGETALĂ / ARMELE ARICIULUI			
				E UN CĂSCAT / CAP DE DROPIE!						
BOLNAV DE INIMĂ / BAN SĂRBESC								A SE ARĂTA DISCRET		
					AMABIL CU DOAMNELE					

Umor

☺ *– Domnule doctor, îmi tremură mâinile tot timpul.*
– Bei mult?
– Nu, mai mult dau pe jos....

☺ *Un bărbat se plimba pe holul maternităţii. Un alt bărbat îl întreabă:*
– Este primul dumneavoastră copil?
– Da!
– La mine e a treia oară când sunt aici! Prima oară nevastă-mea a mâncat două sandvişuri şi a născut 2 copii! A doua oară a mâncat trei ouă fierte şi a născut 3 copii!
– Şi acum ce a mâncat?
– O pungă de alune!

☺ *Un turist fuge de un canibal de-i sfârâie călcâiele, strigând:*
– Lasă-mă în pace! Trebuie să-mi hrănesc soţia şi cei patru copii!
– Şi care-i problema? Ai mei trebuie să moară de foame?

☺ *După un pescuit norocos, Bulă se pregăteşte să frigă un peşte la grătar.*
– Nu crezi că înainte de a-l frige ar trebui spălat? spune mama sa.
– Mereu îmi pui întrebări anapoda. De ce să-l mai spăl? Nu a stat toată viaţa lui în apă?

☺ *Un englez vine prin Carpaţi să culeagă folclor. Ajunge într-o pajişte unde un cioban cântă din fluier. Englezul ascultă uimit de dibăcia baciului şi, când ăsta îşi termină doina, îşi răsfoieşte ghidul de conversaţie şi-i zice:*
– Tu cântat forte frumos, badje!
La care baciul:
– Yes, I like music!

SUDOKU

jocul săptămânii: 42

5	9							8
8		2				3		
1		6		9	8			
7	2			3	4			
			7	1			6	2
			4	7		6		9
		9				1		7
2							5	3

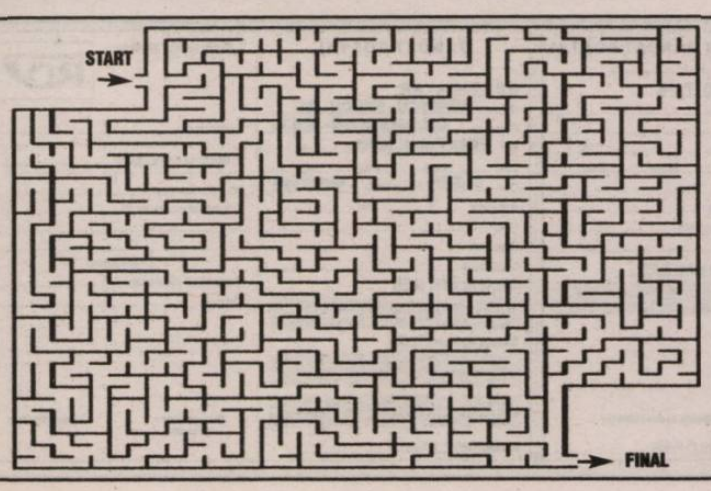
Soluţia în numărul viitor

Soluţia «SUDOKU» – jocul săptămânii 41

5	2	8	4	9	1	3	7	6
6	4	9	7	2	3	5	1	8
3	7	1	8	5	6	2	9	4
7	3	5	2	1	8	4	6	9
4	8	2	6	7	9	1	5	3
9	1	6	3	4	5	8	2	7
8	5	3	1	6	7	9	4	2
1	6	4	9	8	2	7	3	5
2	9	7	5	3	4	6	8	1

PERSPICACITATE

Încercaţi să rezolvaţi labirintul.



SOLUŢIA INTEGRAMEI „FANTEZII".
Orizontal: L - S - O - L - B - R - CUMPARATOARE - MAIDAN - MIEI - VETO - LOVI - AA - SANI - ZISI - T - AC - ARSIC - APA - T - AJUN - IERI - ACT - RARIT - CS - RISIPI - NETA - HENT - SARITOR - STAR - LACARI - GAINARII - NIT.

Verificaţi-vă cunoştinţele!

Doamne

Foarte multe dintre aceste întrebări ne-au fost trimise de vechiul prieten al revistei şi al rubricii noastre Prof. Marin Ştefan din Şimleul Silvaniei.

1. Ce se înţelege, de obicei, prin doamnă?
2. Ce se înţelegea prin „doamnă" în istoria ţărilor române?
3. Sub ce nume este cunoscută în botanică, planta numită în popor „doamna-mare" sau „doamna-codrului"?
4. Cine a publicat, în 1846, romanul „Doamna de Monsoreau"?
5. Ce pictor englez (1707-1788) a pictat tabloul „Domnul şi Doamna Adams"?
6. Ce compozitor român a compus muzica romanţei „Îţi mai aduci aminte, doamnă?", pe versuri de Cincinat Pavelescu?
7. Cine a realizat în 1953, filmul „Doamna fără camelii" („La Signora senza Camelie")?

Răspunsurile din numărul trecut

1) Prin abá se înţelege o ţesătură groasă, de lână din care se fac haine ţărăneşti. 2) Primul război de ţesut mecanic a fost inventat în 1785 de englezul Edmund Cartwright care a deschis la Doncaster o fabrică de confecţii. 3) Drama „Ţesătorii" a fost scrisă de dramaturgul şi romancierul german Gerhardt Hauptman (1862-1946). 4) Ţesătoarea ideală din mitologia greacă se numea Arahne. 5) Tabloul „Atelierul ţesătorului" poartă semnătura lui Paul Sérusier. 6) Pasărea-ţesător face parte din familia Placeidae şi trăieşte în sud-vestul Africii. 7) Filmul „Ţesătorii" a fost realizat de regizorul Friederick Zeinik.

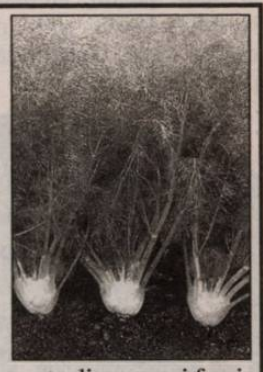
Poşta cititorilor Pentru întrebările la tema „Chibrituri" ne-au trimis câte 7 răspunsuri corecte următorii cititori: *Florentina Gorea,* Topliţa; *Mioara Popa,* Iaşi; *Roxana Petrescu,* Ploieşti; *Simona Cristea,* Piatra Neamţ; *Luminiţa Popescu,* Bucureşti; *Ing. Ion Ciocşan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galaţi; *Ing. Mihai Călcăianu* şi *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuş-Bihor; *Prof. Marin Ştefan,* Şimleul Silvaniei şi *Ing. Mihai Waspusch,* Bucureşti.

✉ ***Ing. RADU FETCU, Suceava.*** Vă felicităm (ce-i drept cu întârziere!) pentru frumoasa vârstă împlinită şi vă mulţumim pentru cuvintele frumoase adresate rubricii. În ceea ce priveşte fabricile din ţară, împărtăşim aceleaşi sentimente cu dumneavoastră! *(Irina Stoica)*

MIHAELA LUCIA şi BOGDAN IOAN – Bucureşti

Sfaturi practice

Feniculul



■ Este o plantă aromată, cunoscută şi sub denumirea de anason dulce sau mărar dulce. Originară din Asia de sud-vest este una dintre vedetele bucătăriei mediteraneene. În general, se plantează în grădini şi se consumă proaspăt sau congelat.

■ Plantă erbacee care are rădăcina pivotantă, ce se ramifică şi are nevoie de mult spaţiu pentru a se dezvolta. Din acest motiv nu este indicată plantarea în ghiveci.

■ Perioada prielnică plantării feniculului în grădină este primăvara, când temperaturile sunt ridicate. Seminţele de fenicul germinează de la o temperatură de 7-8 grade Celsius.

■ Feniculul face parte din aceeaşi familie precum mărarul şi nu este recomandat să se cultive alături de aceste două plante. Ele se polenizează încrucişat şi plantele îşi pierd aroma.

■ Planta preferă spaţiile însorite, temperatura optimă fiind de 16-18 grade Celsius.

■ Se seamănă la o adâncime de 3-4 centimetri în pământ, iatr între rânduri se lasă o distanţă de 50-70 centimetri. Distanţa între plante trebuie să fie de 15-20 centimetri.

Horoscopul faraonilor 2

Mai puţin cunoscut decât horoscopul tradiţional egiptean, cel al faraonilor influenţează destinul nativilor cu caracteristicile zeităţilor. Vă invităm să descoperiţi şi celelalte şase zodii.

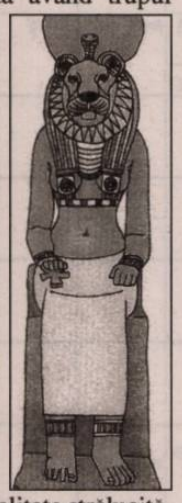
ANUBIS *(25 iulie – 28 august).* Este păzitorul lumii subterane şi este reprezentat jumătate om, jumătate şacal. Nativii născuţi sub dominaţia acestui semn, în general, ştiu ce vor, au încredere în propria persoană şi în propriile puteri. Punctele lor forte sunt hotărârea şi determinarea. Au darul de a ţine sub control lucrurile şi din acest motiv sunt priviţi cu respect de cei din jur. Au un caracter aspru, dar un suflet blând şi înţelegător. Nu se dau bătuţi când vine vorba să-şi facă bine cunoscut propriul punct de vedere.

THOTH *(29 august – 27 septembrie).* Vechii egipteni îl considerau drept zeul care a adus scrisul pe lume. Este unul dintre zeii importanţi al înţelepciunii, al învăţării şi al informaţiei. Thoth este înfăţişat adesea ca un bărbat având capul unui ibis sau al unui babuin, animale sacre. Nativii Thoth sunt persoane descurcăreţe, capabile să rezolve problemele cele mai dificile. Sunt înzestraţi cu gândire critică şi pot fi buni organizatori. În general, pun mare preţ pe originalitate. Defectul major este impulsivitatea cauzată de lipsa de prudenţă de care dau dovadă.

HORUS *(28 septembrie – 27 octombrie).* Egiptenii cred că acest zeu reprezintă cerul însuşi, Soarele şi Luna. Cei care se nasc sub stăpânirea acestuia sunt persoane curajoase, îndrăzneţe, îşi asumă riscuri fără să se sperie de consecinţe. Pentru onoare se sacrifică pe ei înşişi. Nu se bazează pe sprijinul niciunei persoane pentru a-şi atinge propriile scopuri, sunt optimişti din fire şi cu greu se demoralizează. Au însă şi defecte: îşi fac speranţe prea mari şi uneori le lipseşte spiritul practic.

WADGET *(28 octombrie – 26 noiembrie).* Este o zeitate ce simbolizează cunoaşterea şi noblețea. Nativii acestei zodii sunt persoane prudente, raţionale şi foarte ambiţioase. Sunt foarte ataşaţi de familie, acordă o importanţă primordială valorilor morale. În general, sunt apreciaţi pentru onestitate şi generozitate. Reuşesc să se impună în grupuri având opinii pertinente, ascultate cu interes. Au tendinţa de a deveni prea suspicioşi şi chiar pesimişti. Mândria este cea care îi împiedică uneori să interacţioneze cu ceilalţi.

SEKHMET *(27 noiembrie – 26 decembrie).* Este zeiţa războiului şi a rivalităţii, dar şi zeiţa vindecătoare a Egiptului de sus. Este reprezentată având trupul unei leoaice, animal de temut pentru vechii egipteni, dar preţuit pentru abilităţile sale de prădător. Nativii care se nasc sub dominaţia acestui semn sunt persoane pozitive, optimiste. Au o inteligenţă şi o imaginaţie de invidiat, sunt agili şi energici, au viziuni excepţionale şi o mentalitate strălucită. Se pot adapta uşor în situaţii dificile. Sunt firi iuţi, parcă prea arţăgoşi, se enervează din nimic, au temperament vulcanic, lipsindu-le chiar autocontrolul. Îşi pierd prea repede răbdarea şi asta uneori îi împiedică să ducă la final un proiect.



SPHINX *(27 decembrie – 25 ianuarie).* Egiptenii spun despre Sphinx că este gardianul comorii. Este reprezentat cu trup de leu şi capul unui bărbat. Poate lua forma oricărei fiinţe. Nativii născuţi în această zodie au o personalitate duală. Dacă în ochii lumii par veseli, sociabili şi lipsiţi de griji, în realitate sunt foarte serioşi, sensibili şi profunzi. Doar lasă impresia că se adaptează uşor oricărei situaţii, realitatea fiind exact invers. Au însă o autodisciplină teribilă, sunt ageri şi foarte perspicace. Din cauza inflexibilităţii şi neînduplecării uneori au tendinţa de a judeca greşit.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ 10 teorii despre începutul vieţii pe Pământ ■ Longevitatea animalelor ■ Operaţiunea Dragon ■ Forme de viaţă pe „fratele geamăn al Pământului”? ■ Vaticanul şi extratereştrii: o teorie a conspiraţiei? ■ Erori istorice acceptate ■ Revoluţie în transplanturile din România

Ce spun astrele

HOROSCOP
24-30 octombrie 2016

BERBEC 21.03-20.04

Este singura lună a anului când vă simţiţi chiar obosiţi. Miercuri ar fi necesar să nu promiteţi mai mult decât puteţi face. Aveţi tendinţa de a exagera şi riscaţi să dezamăgiţi pe cineva drag. În weekend, revin discuţiile despre o proprietate comună. Nu vă lăsaţi convinşi uşor de argumente.

TAUR 21.04-21.05

În aceste zile interesul dumneavoastră se mută pe propria sănătate. Echitabila planetă Venus aflată vizavi de semnul dumneavoastră vă deschide calea pentru relaţii amiabile cu cei din jur şi în special cu prietenii apropiaţi şi partenerii. Continuaţi să faceţi o impresie bună.

GEMENI 22.05-21.06

Încă mai căutaţi modalităţi pentru a vă explora talentele creative şi expresia artistică. Vă bucuraţi de câteva invitaţii la petrecere, pe care le veţi accepta imediat, fără a sta prea mult pe gânduri. Şi aerul înconjurător abundă de romantism şi flirturi. Succes!

RAC 22.06-21.07

Buclucaşa planetă Mercur declanşează câteva mici discuţii în familie şi vă stârneşte interesul pentru reparaţii casnice sau redecorări. Este foarte important să vă stabiliţi priorităţile pentru casă şi familie. Aşa veţi reuşi să îi mulţumiţi pe toţi. Fiţi realişti cu planurile.

LEU 22.07-22.08

Aveti un ritm de viaţă stresant şi se pare că nu vă vedeţi capul de atâtea treburi. Citiţi, scrieţi, studiaţi mai mult ca de obicei şi faceţi câteva excursii, vizite şi comisioane. Miercuri şi joi vă ocupaţi mai mult de casă şi de câteva probleme rămase nerezolvate.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Vă gândiţi la câteva modalităţi de a vă stimula veniturile sau să vă căutaţi un alt loc de muncă. Dacă aveţi bani în buzunar vi se pare lumea mai frumoasă, nu-i aşa? Planeta Marte vă facilitează negocieri financiare legate de o proprietate. Nu strică niciodată să fiţi pregătiţi.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Sunteţi plini de energie şi o folosiţi ca să rezolvaţi multe probleme rămase în urmă. Această conjunctură vă determină însă să faceţi şi multe cumpărături. Fiţi atenţi la cheltuieli. Acasă este bine să faceţi tot posibilul ca să neteziţi puţin apele tulburi, scena poate deveni haotică.

SCORPION 23.10-21.11

Aveţi o stare psihică bună şi asta vă determină să achiziţionaţi ceva nou în garderobă. Ţineţi cont să nu faceţi niciodată cumpărături atunci când sunteţi deprimaţi. Spre mijlocul săptămânii sunteţi capabili de mari negocieri, chiar dacă veţi deveni prea puternici pentru unele persoane.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Calitatea dumneavoastră de lider înnăscut este scoasă în evidenţă zilele acestea. Se pare că toată lumea doreşte să se aşeze la masa dumneavoastră şi să lucreze în aceeaşi echipă. Vă place să vă planificaţi viitorul, aşa că vă gândiţi deja la mari proiecte pentru anul viitor.

CAPRICORN 22.12-19.01

Apriga planetă Marte rămâne în semnul dumneavoastră până pe 8 noiembrie. Acest lucru se întâmplă doar o dată la doi ani, aşa că ar fi bine să profitaţi de oportunitate în propriul avantaj. Se impune mai multă grijă când manevraţi documente. Există riscul să pierdeţi sau să rătăciţi acte.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Sunteţi curpinşi de setea cunoaşterii şi vă doriţi să faceţi o schimbare de decor. Practic, vreţi să scăpaţi de sentimentul că vă învârtiţi în loc. Ca să vă destindeţi, vă orientaţi spre studiu şi poate vă faceţi chiar un nou hobby. În weekend vă loveşte o poveste de dragoste. Romantismul pluteşte în aer...

PEŞTI 19.02-20.03

Nu aţi putea alege un moment mai bun pentru a discuta probleme legate de o moştenire sau o proprietate comună. De fapt, este o influenţă favorabilă ce va dura următoarele luni. Sunteţi chiar norocoşi... Spre sfârşitul săptămânii faceţi o scurtă excursie.

Nativul săptămânii: **NICCOLO PAGANINI** (27.10.1782 – 27.05.1840)

A fost un violonist, chitarist şi compozitor italian. Acest nativ al zodiei Scorpion este unul dintre cei mai faimoşi vituozi ai viorii, fiind considerat unul dintre cei mai mari violonişti din toate timpurile.

TELEFONUL CITITORILUI
Pentru a alta direct de la cititori nostri opiniile legate de continutul revistei, apelati numarul de telefon:
0213178964

Abonamente la „Magazin” direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	6,00 LEI
❑ 2 LUNI	12,00 LEI
❑ 3 LUNI	18,00 LEI
❑ 4 LUNI	24,00 LEI
❑ 5 LUNI	30,00 LEI
❑ 6 LUNI	36,00 LEI

„Magazin” oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Abonaţi-vă la magazin

Cheltuielile poştale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacţie.

Nu aveţi decât să trimiteţi printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701), contravaloarea abonamentului solicitat (vezi preţurile în talonul alăturat la care se adaugă taxa poştală de expediere) sau să achitaţi în conturile bancare indicate la pagina 2 şi puteţi beneficia de toate avantajele enunţate. În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal. Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe şase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni) în conturile societăţii.

CUPON MANDAT POŞTAL
Nr. .....
EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Judeţul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
Ştampila cu data prezentării
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION - la
Prenume C.E. „MAGAZIN” S.R.L.
Str. Piaţa Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....
Sigiliu control mandate
POSTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAŢII SPECIALE .....
Nr. mandat poştal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre şi litere)
Semnătura salariatului .....
Diriginte .....
Ştampila cu data prezentării
Sigiliu cu sigla RO

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

Biblioteca Judeţeană MUREŞ

SERIE NOUĂ - 1321 ● ANUL LIX ● 27 OCTOMBRIE 2016 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 43 (3071)

magazin

Mail: redactia@revistamagazin.ro Adresă INTERNET: www.revistamagazin.ro

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Caleidoscop

LONGEVITATEA animalelor

Femina club

Pentru dumneavoastră, doamnă

5 soluţii care vă redau buna dispoziţie

Dosarele frumuseţii

Câte ceva despre silueta perfectă

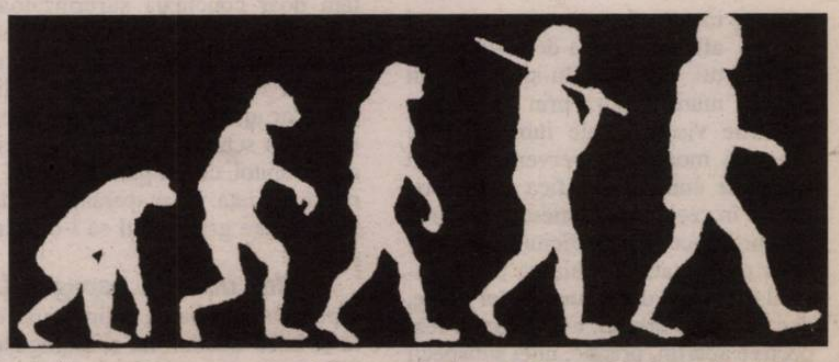
Consultaţii fără plată

REVOLUŢIE în transplanturile din România

«Unii tac pentru că nu înţeleg nimic. Alţii tac pentru că înţeleg prea multe.»

La Fontaine

10 teorii despre începutul vieţii pe Pământ



Un adevăr e cert: nimeni nu ştie cu exactitate cum a apărut viaţa pe Pământ. Sunt însă supoziţii, teorii ştiinţifice care pretind că au răspunsuri la această tulburătoare întrebare.

În privinţa răspunsurilor legate de o întrebare care persistă de mai multe milenii, şi anume cum a apărut viaţa pe Pământ, există două şcoli de gândire şi mai multe interpretări: unii sugerează că unele componente organice au venit din spaţiul extraterestru, în vreme ce alţii argumentează că viaţa îşi are originea chiar aici, pe Pământ. Iată o scurtă prezentare a ipotezelor, prima care trebuie amintită fiind cea din *Cartea Genezei* din Vechiul Testament.

Este cea mai veche „teorie" legată de Univers şi apariţia vieţii pe Pământ, şi de ce nu şi cea mai „coerentă" teorie, la fel de „plauzibilă" ca şi teoria Big Bangului, versiunea modernă şi materialistă, opozabilă aceleia creaţioniste.

1 *Designerul Suprem.* Începem cu această teorie pentru că ea le-ar putea îngloba, într-un sens larg pe toate. După cum scrie în Geneză, toate formele de viaţă de pe planeta noastră, sunt creaţia lui Dumnezeu, Designerul Suprem cum îl mai numesc azi unii eseişti. Totul a plecat de la formarea Universului, a Pământului, uscatului, apelor. Apoi viaţa, animale, peşti, plante, bacterii etc. Apoi, Adam şi Eva, care conform Genezei, Bibliei şi Coranului, au fost primii oameni, bărbat şi femeie, creaţi pe Pământ. Fără creaţia lor, reproducerea sexuată şi perpetuarea umanităţii pe Pământ n-ar fi fost posibile. Trei religii, creştină, musulmană şi evreiască cad de acord asupra faptului că Dumnezeu a creat Universul în şapte zile, rezervându-şi a şasea zi de muncă pentru creaţia lui supremă: bărbatul şi femeia şi, în sens mai larg, umanitatea.

2 *Panspermia.* Această ipoteză vorbeşte despre faptul că viaţa în întreg Universul (ceea ce o apropie de teoria Genezei, rod al Arhitectului Divin) este împrăştiată pe planete de meteoriţi şi asteroizi, deci şi pe Pământ. Bacteriile extremofile, care supravieţuiesc în spaţiu (la infinit sau pe o perioadă limitată?) sunt transportate de resturile provenite din coliziunea planetelor către alte planete şi, o dată ce întâlnesc condiţii ideale pe suprafaţa acestora, bacteriile devin active şi astfel porneşte procesul evoluţiei.

3 *Abiogeneza.* În ştiinţele naturii, abiogeneza sau biopoiesis-ul este teoria care susţine că viaţa biologică s-a născut din materie neorganică printr-un proces natural, aşa născându-se şi viaţa pe Pământ. Teoria mai nouă este că majoritatea aminoacizilor, numiţi „cărămizile vieţii" s-au format prin reacţii chimice naturale care nu aveau legătură cu viaţa. Experimentul Miller-Urey a simulat în laborator câteva din condiţiile apariţiei vieţii pe Pământ.

4 *Endosimbioza.* Teoria endosimbiotică a fost emisă pentru prima oară de botanistul rus Konstantin Mereşkovski în anul 1905. Ar fi vorba despre faptul că unele bacterii au intrat în interiorul altor celule existând în simbioză. Mitocondriile s-au dezvoltat din protobacterii, iar cloroplastele din cianobacterii. Teoria sugerează că mutiple forme de bacterii au intrat în relaţii de simbioză cu alte celule formând celulele eukariotice (complexe), contribuind la constituirea a ceea ce azi numim LUCA (Last Universal Common Ancestor), adică acel strămoş comun universal despre care vorbeşte şi Nick Lane în cartea sa *The Vital Question* (despre care am scris săptămâna trecută).

5 *Generaţia spontană.* Cea mai veche concepţie despre apariţia vieţii pe Pământ este Teoria Generaţiei Spontane, susţinută şi exprimată în doctrina lui Democrit, preluată de Aristotel. Potrivit acesteia, viaţa este rezultatul acţiunii forţelor mecanice ale naturii. Apariţia iniţială a forţelor vii sau naşterea lor spontană din apă şi nămol s-ar datora unei combinaţii întâmplătoare, mai precis este rezultatul întâlnirii şi unirii celor mai mici particule de pământ umed cu atomii focului. Teoria a rămas în picioare până în secolul al 19-lea când a fost combătută de experienţele lui Louis Pasteur.

6 *Teoria pa-tului de lut.* Un model al apariţiei vieţii bazată pe lut a fost fondat de A. Graham Cairns-Smith de la Universitatea din Glasgow în anul 1985. Teoria postulează că moleculele organice complexe au apărut gradual pe o platformă de reproducere pre-existentă, non-organică, cum sunt cristalele de silicat în soluţie, adică lutul. Şi alţi cercetători susţin mai nou că „tărâna", adică solul, ar fi „leagănul vieţii pe Pământ". Concret, solul (lutul), care este o combinaţie de minereuri, ar fi funcţionat ca un burete care a absorbit toate chimicalele şi moleculele, de-a lungul a miliarde de ani. De altfel, să ne amintim, fraza din Vechiul Testament care vorbeşte despre faptul că „din ţărână suntem făcuţi, în ţărână ne vom întoarce".

7 *Creaţii consecutive.* Ideea dispariţiei vieţii a pavat drumul teoriei catastrofismului sau a „creaţiei consecutive", una din predecesoarele teoriei evoluţiei. Catastrofismul este ideea că Pământul a fost afectat în trecut de evenimente violente care au pus capăt existenţei. Asta înseamnă că prezentul este cheia trecutului şi că toate lucrurile continuă azi de acolo de unde s-au sfârşit la un moment dat. Conform teoriei, de vreme ce orice catastrofă a distrus viaţa existentă, fiecare nouă creaţie constă într-o formă de viaţă diferită de celelalte precedente. Francezii Georges Cuvier (1769-1832) şi Orbigney (1802-1837) au fost principalii susţinători ai acestei teorii.

8 *Izvoarele de pe fundul mării.* O teorie pomenită de Nick Lane în cartea *The Vital Question* sugerează că viaţa a apărut în izvoarele hidrotermale submarine care au împrăştiat moleculele bogate în hidrogen. Ungherele de rocă existente în acele izvoare submarine au concentrat moleculele şi au oferit un catalizator mineral propice pentru reacţii critice. Şi azi, aceste izvoare submarine, bogate în energie chimică şi termală, susţin un ecosistem plin de viaţă.

9 *Teoria materialistă.* Conform acesteia, originea vieţii pe Pământ este rezultatul unui proces lent şi gradual al unei evoluţii chimice care s-a petrecut în urmă cu 3,8 miliarde de ani în urmă. Evoluţia chimică sau evoluţia moleculară este procesul de evoluţie la scara moleculelor de ADN, ARN şi proteine. Evoluţia moleculară s-a născut ca domeniu de cercetare în anii 1960, atunci când cercetătorii din domeniul biologiei moleculare, biologiei evoluţioniste şi genetică au încercat să înţeleagă noile descoperiri legate de structura şi funcţionarea acizilor nucleici şi a proteinelor.

10 *Evoluţia organică.* Formarea de noi specii se întinde pe o perioadă de 3,5 miliade de ani de când există viaţă pe Pământ. Se crede că asta s-a petrecut în mai multe moduri cum ar fi un proces lent, gradual şi constant în timp sau rapid, de la o stare statică şi lungă la alta. Evoluţia (cunoscută şi sub numele de evoluţie biologică sau organică) este schimbarea în timp în una sau mai multe trăsături moştenite găsite în populaţiile de organisme. Trăsăturile moştenite sunt caracteristici distincte, incluzând caracteristici anatomice, biochimice sau comportamentale, care trec de la o generaţie la alta. Evoluţia a condus la diversitatea organismelor vii pe care o cunoaştem azi.

43

5 948427 000126

Biblioteca Judeţeană

Longevitatea animalelor

Dintr-un anumit punct de vedere, a vorbi despre durata naturală de viaţă a foarte multor specii de animale pare o glumă.

Fiindcă, deşi omul nu se mai află în situaţia de a supravieţui procurându-şi hrana în mare măsură prin vânătoare, pornirile viscerale ale iubitorilor de sânge şi moarte au pervertit această activitate cumva specifică lumii primitive în ceea ce ei numesc sport. Ironia sorţii face ca sălbăticiunile crescute în captivitate să trăiască incomparabil mai mult decât suratele lor libere, dar, la drept vorbind, exemplarele respective aparţin, practic, unei subspecii diferite. Totuşi, v-aţi întrebat vreodată cam cât ar putea să trăiască în mod normal vietăţile de pe planetă alături de care (ar trebui) să împărţim ceea ce ne oferă natura? Biologii şi zoologi ne oferă repere cât de cât exacte în acest sens, care pentru mulţi dintre noi constituie surprize majore.

Leul sau găina. Nu vom răstălmăci vechea întrebare – Cine a fost mai întâi: oul sau găina? –, ci prezentăm doar concluzia surprinzătoare a cercetătorilor: „regele animalelor", leul, trăieşte în medie 10-12 ani masculul şi 14-20 de ani femela, în libertate, dar ajunge la 30 de ani în captivitate. În schimb, găina îl depăşeşte la acest capitol, cu cei până la 18 ani speranţă de viaţă. Doar speranţă, fiindcă în realitate are grijă omul să i-o scurteze drastic.

Calul nu-i ca papagalul. Un raport similar, parcă puţin injust, există şi între docilul cal şi papagalul de talie mare, cu penajul atât de spectaculos, numai că diferenţa la aceste specii este incredibil de mare: dacă cel dintâi are şanse să trăiască 20 până la 30 de ani, splendida pasăre poate ajunge de la minimum 40 de ani, până la o vârstă a senectuţii de 100 de ani!

Inegalităţi de gen. Surprinzător sau nu, un aspect special al „discriminării" de gen se manifestă şi în lumea necuvântătoarelor, în ceea ce priveşte durata de viaţă, în defavoarea categorică a masculilor. Am văzut cum se prezintă la leu acest decalaj, dar acelaşi lucru se înregistrează, de pildă, la delfinii mari (45 de ani masculul şi 55 de ani femela) sau la orci (50 de ani masculul, dar nu mai puţin de 100 de ani femela).

Sălbatic vs. domestic. Pentru erbivorele domestice, de pildă, durata de viaţă e relativă, deoarece omul nu aşteaptă ca animalele să moară „de moarte bună". Totuşi, când lucrurile stau altfel, vaca trăieşte în medie 20 de ani, la fel şi porcul, iar capra ajunge la 35 de ani. Cele mai răspândite animale de companie nu au însă aceeaşi şansă: câinele trăieşte cam 15 ani, iar pisica 15-20 de ani. În schimb, sălbăticiunile sunt şi mai defavorizate: lupul trăieşte 6-8 ani (15-20 de ani în captivitate), iepurele între 10 şi 12 ani, ursul panda 18-20 de ani (30 de ani în captivitate) sau acvila 15-20 de ani.

Desigur, vă interesează şi extremele de vârstă. La limita minimă lucrurile sunt relative, dacă ne raportăm la întregul univers al speciilor vii, dar să amintim totuşi şoarecele şi hamsterul, care trăiesc între 2 şi 4 ani. În schimb, veteranii lumii animale se pare că sunt elefantul şi balena albastră (până la 80 de ani), ţestoasa gigantică (150 de ani) şi balena australă (200 de ani). Nu e clar cine, dintre oameni, a trăit să poată număra „pe viu" trecerea atâtor ani...

Libelula războinică

Potrivit presei occidentale, ruşii vor avea în curând o „libelulă de luptă". Este şi nu este o denumire metaforică. Această dronă de recunoaştere, mare cât un pumn, poate fi utilă deopotrivă pompierilor de intervenţie specială şi întreprinderilor industriale care au nevoie să controleze starea termică a siturilor lor.

Ele sunt echipate cu toate mijloacele necesare pentru colectarea informaţiilor vizuale, inclusiv camere termice, foto şi video, care transmit imagini în format HD.

„Libelulele" ruse sunt silenţioase şi perfect manevrabile. Raza lor de acţiune nu este foarte mare, dar suficientă pentru acţiuni de recunoaştere pe scurtă distanţă, pentru menţinerea ordinii sau participarea la operaţiuni antiteroriste.

Dronele costă puţin şi pot fi înlocuite cu uşurinţă, dacă este nevoie.

Modelul realizat de ruşi este inspirat de Black hornet („viespea neagră"), o dronă norvegiană, dar a primit un nume mult mai paşnic: Strekoza („libelula").

Deja vu

Să vorbim corect!

Cunoaştem cu toţii expresia franţuzească „Déjà-vu, déjà connu" care tradusă cuvânt cu cuvânt înseamnă „deja văzut, deja cunoscut" dar reprezentând de fapt o stranie dar puternică senzaţie că un fenomen sau eveniment este de fapt o experienţă care există în subconştientul nostru şi pe care am trăit-o cândva, poate într-o viaţă anterioară. Am folosit-o ani în şir şi, evident, am pronunţat cuvintele ca în limba din care am preluat-o, respectiv: vju şi conju.

Iată însă că limba lui Voltaire nu-i mai pasionează pe iubitorii de „vorbire aleasă" ataşându-se direct de limba engleză. Şi astfel *vju* devine *vu,* exact cum pronunţă americanii. Dacă vrem să fim „intelectuali", putem face efortul de a pronunţa o sintagmă franţuzească exact ca în limba de origine. Aceeaşi lipsă de instrucţie din partea celor care pronunţă *ouşăn* sau *keărfor* în loc de „oşan" şi „carfur" în cazul magazinelor prezente şi la noi! *(I.S.)*

Starea de veghe

O lume de basm, aievea

În secolul al 21-lea, fascinantul univers al basmelor de odinioară nu mai este gustat din cărţi. Efectele speciale pe calculator au ajuns azi să înfăţişeze o realitate virtuală, dar care pare cât se poate de concretă. În acest context, foarte puţini sunt cei care mai cred cu adevărat în fabuloasele creaţii literare care au făcut farmecul copilăriei noastre. Dar ei există, sunt oameni maturi, iar aşa-numitele fantezii ale lor au devenit astăzi focarul unei vieţi comunitare nu doar apropiate de natură, ci şi depăşind graniţele lumii noastre vizibile!

Findhorn este un sat mic situat pe meleagurile pitoreşti din asprul nord al Scoţiei, întemeiat în 1985, cu o populaţie de doar 500 de oameni. Cu toate acestea, el a devenit un adevărat sediu central al stilului verde de viaţă şi astăzi reprezintă un centru ştiinţific. Cele circa 100 de case ale satului sunt construite în întregime din materiale ecologice. Totodată, pe mulţi dintre vizitatori îi uimesc dimensiunile şi calitatea legumelor cultivate, neobişnuite pentru această climă. De asemenea, paturile de flori au formă circulară, iar florile sunt plantate în spirală. Locuitorii cred că astfel ele colectează energia pozitivă, ceea ce face ca plantele să crească mai bine. Însă mai există o versiune insolită despre motivele apariţiei unor astfel de fructe şi legume neobişnuite. O localnică din Findhorn, Dorothy Maclean, consideră că la un moment dat ea şi prietenii săi au reuşit să contacteze un tip anumit de îngeri (deva), datorită cărora în mod constant obţin astfel de randamente ridicate.

De asemenea, în Findhorn au loc seminare şi cursuri practice unde se stabileşte contactul cu deva (fiinţe ale luminii, spiritele plantelor). Fiecare deva are grijă numai de o anumită specie de plante. De exemplu, există deva dovleacului, a sfeclei, a fasolei etc. Căci, de fapt, plantele sunt nişte fiinţe vii, însufleţite. Druizii celtici, grecii şi egiptenii din antichitate aveau această credinţă. Oamenii nu pot vedea deva, dar cu toate acestea, cei de la Findhorn susţin că au stabilit contactul cu plantele datorită îngerilor deva.

Cu timpul, oamenii au început să vină în Findhorn pentru a vedea acest loc neobişnuit. Unii dintre ei au dorit chiar să rămână, astfel că numărul de locuitori ai satului s-a dublat. Acum, Findhorn joacă un rol important în gestionarea agriculturii, aprovizionând regiunea cu produse ecologice. În prezent, micul sat scoţian reprezintă o societate organizată – fie ea animistă sau nu – ce se ocupă de protecţia mediului şi desfăşoară diverse ateliere educaţionale şi de artizanat. Findhornul este o aşezare ecologică autentică, ce urmăreşte cele mai paşnice scopuri. Iar dacă mergi acolo, începi să crezi că armonia dintre om şi natură, chiar prin mijlocirea unor spirite pure, nu e deloc un basm.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Irina Stoica
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel./Fax: 021.317.89.66

GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef

ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România
Fax: 021.317.89.66

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

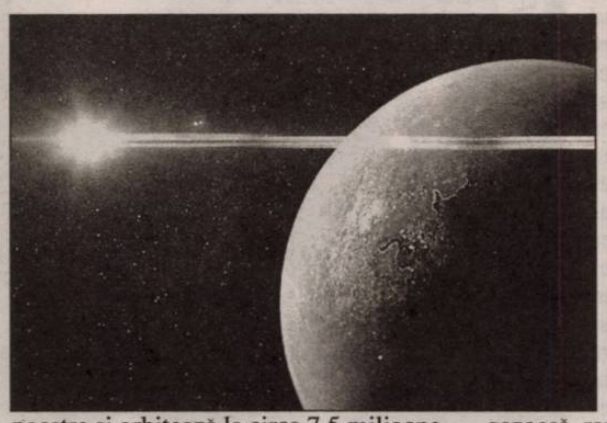
Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

Tiparul: **TIPOMEDIA PROD S.R.L.**

Forme de viaţă

pe „fratele geamăn al Pământului”?

Anunţul făcut de astrofizicieni în luna august a acestui an, cu privire la descoperirea unei planete telurice în apropierea stelei Proxima Centauri – cea mai apropiată de sistemul nostru solar i-a făcut pe mulţi să spere că această planetă ar putea fi un veritabil „geamăn” al Terrei. Speranţe care ar putea să reflecte pe deplin realitatea, dacă luăm în considerare calculele efectuate de o echipă de la Centrul Naţional pentru Cercetare Ştiinţifică (CNRS) din Franţa.

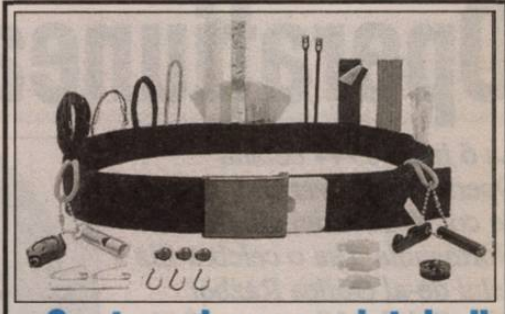


Astrofizicienii francezi au calculat mărimea planetei, numite Proxima b, şi distanţa ei faţă de steaua Proxima Centauri, şi au ajuns la concluzia că planeta se află într-o „zonă temperată” şi că ar putea găzdui oceane, ca şi Pământul. Se estimează că Proxima b are o masă de circa 1,3 ori mai mare ca a planetei noastre şi orbitează la circa 7,5 milioane de kilometri de steaua ei – cam o zecime din distanţa între Mercur şi Soare.

„Contrar aşteptărilor, o asemenea proximitate nu înseamnă în mod necesar că suprafaţa Proximei b ar fi prea fierbinte pentru ca apa să existe aici în stare lichidă, deoarece Proxima Centauri e mai mică şi de o mie de ori mai slabă decât Soarele nostru. Acest lucru înseamnă că planeta se află la distanţa potrivită pentru a fi locuibilă”, apreciază specialiştii francezi. Potrivit lor, planeta este una stâncoasă, ca şi Pământul sau Marte, iar faptul că se află în zona locuibilă face probabilă existenţa apei în stare lichidă, un ingredient-cheie al vieţii. Temperatura la suprafaţa ei ar putea fi între minus 90 de grade şi plus 30 de grade, condiţii foarte apropiate de cele de pe Terra.

„Planeta ar putea fi acoperită de un sigur ocean lichid, cu adâncimea de 200 km, în care e posibil să existe forme de viaţă. De asemenea, e posibil ca o atmosferă gazoasă, rarefiată, să înconjoare planeta, făcând-o locuibilă şi pentru om”, se afirmă în comunicatul oficial dat publicităţii de CNRS. Deşi patru ani-lumină reprezintă o distanţă considerabilă (aproape 40 de trilioane de kilometri), oamenii de ştiinţă ar putea găsi, în următoarele decenii, soluţii pentru trimiterea de sonde super-rapide pentru explorarea acestei planete.

Evident că aceste anunţuri au dat apă la moară fanilor science-fiction, repunând pe tapet o teorie din anii 50, care susţinea că o specie de humanoizi numiţi Cenos ar fi venit pe Terra din sistemul Proxima Centauri. Totuşi, savanţii afirmă că planeta este bombardată de puternice jeturi de raze X şi ultraviolete, emise de steaua ei, iar eventualele forme de viaţă ar trebui să se fi imunizat împotriva acestor radiaţii.



„Centura de supravieţuire” din sălbăticie

Pentru că tot sunt la modă emisiunile de gen „Supravieţuitorul”, o companie din Texas a lansat un produs destinat tuturor celor care, de voie sau de nevoie ajung în sălbăticie. Aceştia nu vor mai fi nevoiţi să se chinuiască mai ceva ca-n epoca de piatră pentru a supravieţui, căci vor avea la dispoziţie tot strictul necesar... la curea.

Compania Wazoo Survival Gear le propune o centură de călătorie unisex, care pare o curea obişnuită de pantaloni, dar dispune de 24 de ustensile şi obiecte esenţiale pentru supravieţuirea în condiţii extreme. Printre acestea se numără bandaje, un fluier, o oglindă de semnalizare, ace de pescuit, fire de gută şi chiar un desfăcător de sticle.

Pentru orientarea în direcţia dorită, centura are şi o busolă, dar şi markeri fosforescenţi de lipit pe copaci, pentru a te asigura că nu mergi în cerc. La centură sunt ataşate şi o lanternă cu minipanouri solare, kit de făcut focul, tablete de purificare a apei şi chiar un săculeţ pliant, din plastic rezistent, pe care îl poţi umple cu apă. Preţul pentru versiunea completă a centurii este de 95 de dolari, iar comenzile pot fi făcute cu începere din ianuarie anul viitor.

Generozitatea şi durerile fizice

Spunem adesea că suntem fericiţi să-i ajutăm pe cei aflaţi în nevoie, dar se pare că ajutorul însuşi ne face fericiţi. Aşa cum o analiză efectuată la Universitatea Oxford a stabilit, realizarea unei fapte bune, ca donarea de bani în scopuri caritabile, ajutarea unei persoane vârstnice să treacă strada sau chiar ţinerea uşii deschise pentru cineva încărcat cu bagaje creează în organism o senzaţie de căldură plăcută, care poate avea şi efecte analgezice.

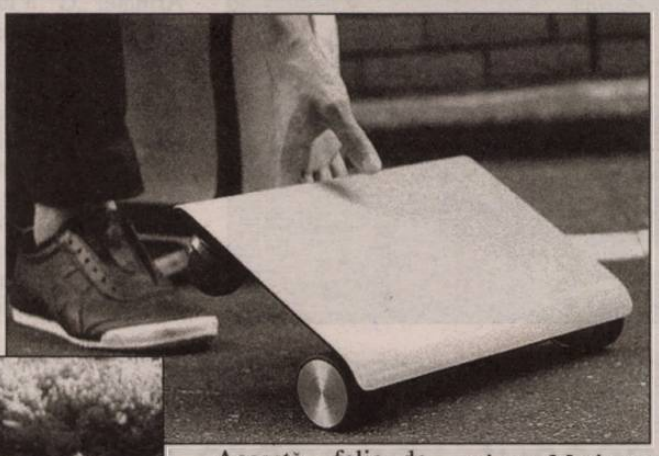
Aceasta este concluzia la care specialiştii britanici conduşi de dr. Oliver Scott Curry au ajuns, în urma realizării a nu mai puţin de 21 de studii privind legătura dintre bunătate şi fericire.

Studiile au implicat peste 2.500 de persoane de pe toată planeta, inclusiv copii şi pensionari. Dr. Curry susţine că o atitudine generoasă faţă de cei neajutoraţi ar avea „efectul unui paracetamol”, atenuând durerile resimţite de persoana care ajută.

„Oferirea de ajutor altora a fost explorată ca un posibil panaceu pentru multe dintre tarele noastre sociale, mergând de la izolarea socială la probleme de sănătate fizică şi mentală mai serioase. Analiza noastră sugerează că practicarea de acte de generozitate şi bunătate nu ne va schimba radical viaţa, dar ne va da o stare de bună dispoziţie ce se manifestă şi în plan fizic, prin ameliorarea durerilor resimţite de cei gata oricând să dea o mână de ajutor.”

Maşina viitorului încape într-o geantă

Este ultimul răcnet în materie de transport urban şi graţie lui nu va trebui să vă mai faceţi vreodată griji în privinţa locului de parcare, din simplul motiv că această maşină încape lejer într-o geantă de laptop. Ideea realizării WalkCar – aşa se numeşte maşina-minune – îi aparţine lui Kuniako Saito, un inginer japonez în vârstă de doar 26 de ani, care a realizat deja un prototip funcţional, pentru compania Cocoa Motors.



Această „felie de ingeniozitate japoneză”, cum o numeşte compania are dimensiunile unui laptop, cântăreşte 2,8 kg şi poate atinge viteza maximă de 16 km/oră. Pentru doar 800 de dolari, orice om cu greutatea maximă de 120 kg se poate bucura de plimbări motorizate plăcute, aşezat pe placa din duraluminiu a „maşinii”.

Bateria dispozitivului are autonomie de o oră trebuind pusă, pentru o încărcare completă, la o priză obişnuită, timp de trei ore. Maşina nu are volan sau dispozitiv de telecomandă, ci îşi schimbă direcţia în funcţie de felul cum „şoferul” îşi înclină corpul, într-o parte sau alta. Primele exemplare de serie vor începe să fie exportate, din septembrie anul viitor, în 13 ţări din Asia, America de Nord şi Europa, dar şi la comandă, în alte state de pe glob.

Poftele culinare, controlate de gene

Dacă simţiţi că, oricâte mâncăruri grase sau dulciuri aţi devora, tot nu vă săturaţi, nu daţi vina pe poftă, nici pe lăcomie, ci pe genetică! Fiindcă vinovat de această dependenţă ar putea fi un defect al genei numite MC4R, defect care dă un apetit deosebit pentru preparatele grase şi pentru dulciuri.

Cei care au făcut această descoperire sunt oamenii de ştiinţă de la Universitatea Cambridge, care au monitorizat obiceiurile alimentare a 54 de persoane care preferau hrana fast-food în locul celei „sănătoase”. Savanţii au oferit subiecţilor trei tipuri de preparate fast-food, cu conţinut diferit de grăsimi şi au remarcat că o parte din ei preferau, de fiecare dată, instinctiv, mâncărurile cele mai grase. Căutând să-şi explice motivele acestei înclinaţii, cercetătorii au descoperit că toţi pasionaţii de grăsimi aveau un defect la nivelul genei MC4R.

Potrivit lor, acest defect este întâlnit la aproximativ o persoană dintr-o sută şi ar putea explica de ce unii oameni sunt mai înclinaţi să se îngraşe decât alţii. „Persoanele cu acest defect genetic sunt atrase de mâncăruri grase şi de dulciuri, care, proporţional vorbind, conţin de două ori mai multe calorii decât mâncărurile cu conţinut scăzut de grăsimi şi zahăr”, explică principalul cercetător implicat în ineditul studiu, Sadaf Farooqi.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

Operaţiunea Dragon

La 6 iunie 1944 debuta Operaţiunea Overlord, numele de cod al invaziei aliaţilor în Normandia. Era o celebră filă a celui de-al Doilea Război Mondial. La 15 august 1944, aliaţii începeau să desfăşoare Operaţiunea Dragon, numele de cod al invaziei din sudul Franţei. Pentru istoria marelui război, această desfăşurare de forţe a aliaţilor în Hexagon a fost umbrită de succesul din Normandia.

Monument comemorativ la St. Tropez

Victorie şi controverse

Operaţiunea Dragon a fost, în ansamblul ei, un succes al aliaţilor. Sub presiunea forţelor americane din Marea Mediterană, cărora li s-a alăturat Armata Liberă Franceză, Grupul de Armată German „G" a abandonat poziţiile din sudul Franţei şi s-a retras spre Munţii Vosges. Desfăşurarea de forţe aliate de pe mare, cu amfibiile de asalt şi din aer, cu avioane de vânătoare decolate de pe teritoriul Italiei şi din Algeria, a fost una excelentă. Ideea debarcării pe coastele mediteraneene franceze şi lovitura contra germanilor într-o zonă în care se aşteptau mai puţin a fost a generalului de armată american George Marshall. Conform înţelegerilor cu Stalin de la Teheran (1943), aliaţii ar fi trebuit să nu se apropie de zona Balcanilor, care trebuia să rămână sub influenţa sovieticilor.

Cu toată logica strategică a debarcării în sudul Hexagonului, au existat controverse în sânul aliaţilor, la cel mai înalt nivel. Winston Churchill ar fi spus că atacurile în zona Marsilia – St. Tropez – Cannes – Nice ar fi slăbit presiunea forţelor aliate din Italia, unde Hitler şi armata italiană, încă obedientă lui Mussolini, opuneau o rezistenţă puternică. Totodată, forţele aliate se dispersau pe o suprafaţă uriaşă, în Europa.

Bombardierele americane au produs derută în rândul trupelor germane, iar debarcarea trupelor de asalt de pe mare a generat o învăluire care a condus la mari pierderi din partea germanilor.

Debarcare infanterie marină

Foarte multe trupe nemţeşti s-au predat şi rezistenţa a scăzut până când ordinul de retragere a fost dat de generalul Johannes Blaskowitz. În fruntea forţelor aliate erau generalii Jacob Devers, Henry Hewitt, iar din partea franceză era mareşalul (postum) Jean de Lattre de Tassigny, unul dintre comandanţii şefi ai Armatei de Eliberare Franceze.

Victoriile cele mai importante ale aliaţilor au fost la Marsilia şi Toulon. La 14 septembrie 1944, Operaţiunea Dragon se încheia cu victoria aliaţilor. Există însă şi unele „puncte negre" ale acestei victorii. În primul rând, forţele aliate s-au lovit de lipsa carburantului şi de aceea armata germană a reuşit să se retragă cu efective mari în Munţii Vosges şi să se alăture altor contingente germane din estul Franţei.

Opinii nefavorabile

După încheierea celui de-al Doilea Război Mondial, unii istorici au considerat Operaţiunea Dragon drept o „nereuşită strategică". Nu s-a reuşit anihilarea Armatei „G" a lui Hitler, şi prin aceasta rezistenţa germană a zona Rinului a crescut. Alţi istorici afirmă că atacurile din sudul Franţei i-ar fi convenit de minune lui Stalin, care se vedea deja „stăpân" pe zona Balcanilor. Se afirmă chiar că rezultatul neconcludent al debarcării a întârziat victoria finală a aliaţilor.

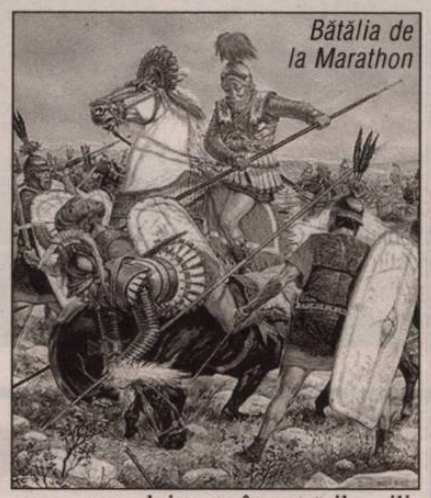
Preşedinte unicat

Fotodocument

Preşedintele SUA Woodrow Wilson a fost unicul lider de la Casa Albă care a avut două neveste în timpul mandatelor sale. Ales în 1913, el rămâne văduv în 1914 (moare Ellen), iar în 1915 se recăsătoreşte cu Edith (foto), iar în 1916 este reales. Din 1919 devine incapabil de muncă (atac cerebral) şi Edith execută discret sarcinile sale. Situaţia aceasta nu era încă reglementată legal în SUA.

Erori istorice acceptate

Alterarea adevărului istoric prin cosmetizări, adăugiri din clasa bârfelor sau legendelor şi, în general, intervenţia diletanţilor generează „adevăruri aproximative" care conţin „erori transmisibile din generaţie în generaţie". Acesta este motivul pentru care un grup de istorici olandezi, în frunte cu prof. Jona Lendering, a iniţiat o adresă de Internet în care scot în evidenţă ceea ce ei numesc „erori istorice acceptate".



Bătălia de la Marathon

Legende imbatabile

Atractivitatea unor astfel de dezbateri – pe teme accesibile marii mase de cititori – se poate compara cu situaţia din piesa „Ultima oră" de Mihail Sebastian, când un profesor este contrazis vehement de o studentă în ceea ce priveşte participarea lui Alexandru cel Mare la complotul împotriva lui Parmenion. O altă legendă a fost creată în jurul numitului Vasile Roaită, o „invenţie romantică" a istoriografiei comuniste, legată de Atelierele Griviţa, din 1933.

Grupul de istorici olandezi a realizat o listă de cincizeci de erori comune ale istoriei universale. Un prim exemplu ar fi distanţa atât de notorie dintre Atena şi câmpul din preajma localităţii Marathon, adică cei 42 de kilometri. În acea vreme (anul 490 î.Ch.) tiranul Hippias voia să se reinstaleze la Atena. El a avut sprijinul perşilor, care voiau şi ei să ocupe Atena. Dar atenienii i-au învins şi un om pe nume Thersipus a fost trimis la Atena să-şi anunţe compatrioţii că pericolul a trecut. Acest „amănunt" îl ştim de la Plutarh, care a trăit şase secole mai târziu. Surse apropiate lui Plutarh mai adaugă faptul că alergătorul avea asupra lui toate înzestrările militare: coif, scut, apărătoare pentru picioare, ceea ce face imposibilă performanţa lui.

Pe de altă parte, un istoric contemporan cu Bătălia de la Marathon (Herodot din Halicarnas) spune că, din discuţia cu un supravieţuitor al luptei, a reieşit că a existat un alergător, dar acesta s-a dus la Sparta pentru a cere ajutor... În orice caz, distanţa dintre Marathon şi Atena este de aproximativ 35 de kilometri, în funcţie de ruta aleasă. Cu toate acestea, la Jocurile Olimpice proba de maraton (42 km) se bazează pe „date istorice".

Grădinile... lipsă

Printre cele şapte minuni ale lumii antice se numără şi Grădinile suspendate ale Babilonului, construite de Nabucodonosor al II-lea (sec.VI î.Ch.) pentru soţia sa. Dar au existat aceste grădini? Există numeroase surse care s-au propagat unele din altele, ajungându-se la o „certitudine". Săpăturile arheologice de la începutul secolului al XX-lea nu au găsit urme ale „Grădinilor", confirmând faptul că în tăbliţele babiloniene nu există nicio referire la un asemenea monument. Existenţa „Grădinilor" se bazează doar pe scrierile lui Cleitarhus. Acesta s-a referit, cel mai probabil, chiar la palatul lui Nabucodonosor al II-lea, care şi-a amenajat grădini pe acoperişuri, cu sistemele de irigare aferente. O descriere exagerată a acestora s-a transformat într-o informaţie istorică mult gustată de public şi imaginată ca atare de pictori.

Grădinile suspendate

Astăzi în istorie

27 octombrie 1858

S-a născut Theodore Roosevelt

Al 26-lea preşedinte al SUA a fost Theodore Roosevelt, care s-a născut la 27 octombrie 1858, la New York City, New York. A fost fiul filantropului Theodore Roosevelt Sr. şi al activistei pentru drepturile femeilor, Martha Bulloch. A fost un copil bolnăvicios (astmă) şi a adorat muzeele naturale, descoperindu-şi o mare pasiune.

În pofida sănătăţii precare, Theodore („Teddy") a practicat mai multe sporturi (natăţie şi box). A avut ambiţia de a urma două universtăţi renumite, Harvard şi Columbia, specializându-se în istorie, ştiinţe naturale şi drept. A participat la Războiul SUA cu Spania (1898). A fost avansat până la gradul de colonel şi a condus Regimentul 1 de Cavalerie Voluntari. După război a fost ales guvernator al New York-ului. Ulterior, Theodore Roosevelt devine vicepreşedinte al lui William McKinley (1900). După asasinarea preşedintelui McKinley, în septembrie 1901, Roosevelt devine preşedinte la numai 42 de ani.

Viziunile sale ca preşedinte au fost reformatoare şi au purtat eticheta de „Progresive era". A fost un militant pentru drepturile cetăţenilor şi bunăstarea lor. A fost un adept al construirii Canalului Panama şi al dezvoltării flotei SUA şi a navigaţiei în zona continentelor americane.

Pe plan extern, a fost unul dintre mediatorii importanţi ai Războiului Ruso-Japonez (1904-1905) şi pentru asta a primit Premiul Nobel pentru Pace, în 1906. După terminarea celui de-al doilea mandat, Roosevelt a făcut multe călătorii în toată lumea, în special la safariuri. Întors în SUA şi nemulţumit de politica de la Casa Albă, a înfiinţat Partidul Progresist (1912), care nu a avut succes. A scris mai multe cărţi despre natură şi a devenit un oponent al preşedintelui Woodrow Wilson, care a amânat intrarea SUA în Primul Război Mondial.

În 1919, Theodore Roosevelt a vrut să intre din nou în politică. Însă sănătatea i s-a deteriorat brusc şi a murit la 6 ianuarie 1919, la 60 de ani. Chipul său e sculptat pe Muntele Rushmore.

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Fenomene aerospaţiale neidentificate

OZN-uri deasupra Poloniei

Piotr Cielebias este un autor, editor şi jurnalist polonez interesat de fenomenele paranormale. În această rubrică am inclus în trecut mai multe semnalări ale sale privind OZN-uri sau întâlniri cu fiinţe nepământene.

La sfârşitul anului 2015 el a publicat în Marea Britanie, la editura *„Flying disc Press”*, sub îngrijirea ufologului englez Philip Mantle, o carte intitulată *„UFOs over Poland”* (OZN-uri deasupra Poloniei). Prezint mai jos, pentru cititorul român, câteva cazuri din acest volum.

Într-o noapte de 8 ianuarie, doi ofiţeri de poliţie din voievodatul Opole, aflat în sud-vestul Poloniei, participaseră la o intervenţie. Sarcina lor fusese să calmeze un beţiv agresiv într-unul dintre satele pierdute în mijlocul unor terenuri agricole înconjurate de păduri. După ce şi-au terminat treaba, au pornit spre staţia de poliţie, aflată la o distanţă de câţiva zeci de kilometri. Pe la ora patru în zori, automobilul Kia Ceed rula calm pe un drum pustiu când, dintr-o dată, cei doi au observat, în depărtare, nişte lumini strălucitoare care pluteau peste pădurea din apropiere. La început au crezut că e vreo antenă de telecomunicaţii, dar apoi au distins un obiect luminos care părea să se apropie de maşina lor.

Unul dintre ofiţeri şi-a amintit ulterior că, doar cu câteva minute înainte de a vedea lumina, „doamna M”, poliţista cu care era în echipă, a spus „Este ceva în aer”, repetând această frază de mai multe ori înainte de apariţia luminii.

Un obiect deasupra câmpului

La un moment dat, apariţia s-a oprit deasupra unei perdele de copaci, aflată la aproximativ un kilometru de şosea. La început de culoare galben-portocalie, obiectul s-a dezlănţuit apoi într-o paradă de schimbare a culorilor. Cei doi au oprit maşina şi au coborât pentru a vedea mai bine ce se petrece. Iniţial obiectul părea o minge, dar apoi şi-a schimbat înfăţişarea în semilună. Martorul a adăugat că brusc a simţit ca şi cum timpul şi-ar fi încetinit scurgerea. Dar a fost doar senzaţie de câteva secunde.

Cei doi au urmărit un timp manevrele pe care lumina le făcea deasupra câmpului din apropiere. Agentul îşi reamintea ulterior: „Era o mişcare tăcută; nu se auzea niciun zgomot generat de vreun motor al aparatului de zbor”.

Apoi, obiectul a început să ejecteze ceva asemănător cu nişte „bile de lumină”. Unele dispăreau în drumul lor până la pământ, iar celelalte se întorceau la obiectul neidentificat. Brusc, din partea de jos a navei a ţâşnit un „flash”, pe care martorul l-a caracterizat ca seamănând cu lumina unui stroboscop. În acest moment, s-a putut distinge forma discoidală a corpului navei.

Întunericul, sentimentele ciudate care i-au cuprins, ca şi aspectul exotic al obiectului i-au determinat pe martori să se întoarcă la maşină şi să demareze. Spre uimirea lor, după o scurtă ezitare, OZN-ul a pornit să se mişte în paralel cu automobilul lor, păstrând o distanţă constantă de aproximativ un kilometru.

În ciuda îngrijorării care îi încerca, ofiţerul, care era la volan, a oprit maşina în primul sat şi a încercat să înregistreze obiectul cu telefonul mobil. Aşa cum a spus: „OZN-ul avea forma unui disc, cu un fel de «cupolă» mică în partea de sus. Emitea o lumină orbitoare, de culoare galben deschis, care vira ocazional în portocaliu. În partea de jos, puteau fi văzute trei «bile» mai mici alb-albăstrui. În opinia mea, ele erau «motoare», dar care nu scoteau niciun sunet”.

Scurtul film video, înregistrat la ora 04: 32, arată doar o linie orizontală luminoasă în depărtare. Aceasta este singura dovadă documentară a incidentului. Ea a fost făcută publică, într-o versiune prescurtată, întrucât, la cererea martorilor, au fost eliminate anumite reacţii şi comentarii ale celor doi ofiţeri. Agentul a declarat: „Situaţia a fost cu totul neaşteptată; nu eram pregătiţi să întâlnim un OZN. Acum, când toate emoţiile au încetat, mi-aş dori să mă fi dus mai aproape de acel obiect”.

Ei au deschis fereastra maşinii, pentru a verifica dacă obiectul emite vreun sunet, dar au auzit doar lătratul câinilor în depărtare.

Patrula a pierdut din vedere OZN-ul abia atunci când discul s-a retras, într-un târziu, peste câmpurile învecinate, şi apoi a dispărut dincolo de orizont.

În total, cei doi s-au oprit de trei ori, pentru a inspecta obiectul mai atent. De fiecare dată au avut impresia că OZN-ul s-a tras îndărăt, peste câmp, pentru a se distanţa. În opinia martorului care a dat declaraţia, obiectul a plutit la aproximativ 60 de metri deasupra solului. Putea avea un diametru de cel puţin câteva zeci de metri, dar în lipsa unor puncte de referinţă, dimensiunea exactă a navei era greu de estimat.

În această întâmplare există şi un alt mister. După reperele de timp pe care le aveau martorii, ei au observat apariţia timp de aproximativ 90 de minute, ceea ce era mult prea mult, comparativ cu timpul care ar fi fost necesar în mod normal pentru ca ei să parcurgă distanţa până la staţia de destinaţie.

Ofiţerii au declarat că în timpul incidentului şi-au pus problema dacă să-şi alarmeze colegii sau alte maşini de patrulare, privind ciudatul obiect; dar, după o scurtă discuţie, au decis să se abţină. „Prea multe unităţi puteau să audă raportul nostru şi toată lumea îşi poate imagina consecinţele. Oamenii sunt destul de sceptici, iar noi nu vrem să avem mai multe probleme”, a spus agentul, făcând aluzie la un „tabu” privind întâlnirile OZN. De altfel, cazul relatat este un exemplu rar în care un funcţionar public a decis să-şi dezvăluie experienţa avută, în ciuda eventualelor consecinţe.

Simple halucinaţii?

Aproximativ la ora 6 dimineaţa, când ambii poliţişti au revenit la postul lor, ei au decis să raporteze experienţa avută şefilor ierarhici, dar ofiţerul de serviciu a izbucnit în râs, ignorând apoi povestea lor. „Mi-a zis că sunt obosit ca un câine şi am avut halucinaţii. La fel s-a întâmplat şi cu alţi ofiţeri superiori. Ei au încercat să ne convingă că am văzut baloane sau păsări”. Deşi ciudatul raport despre acest „lucru” exotic a indus, probabil, o oarecare îngrijorare în rândul oficialilor de rang superior, după câtva timp cazul a fost muşamalizat, ca şi cum nimic nu s-ar fi întâmplat. Portalurile media naţionale poloneze nu raportează, de obicei, incidentele OZN, deşi subiectul este foarte popular.

Un alt ofiţer de poliţie a relatat un eveniment care a avut loc tot în regiunea Opole, în satul Daniec. El spunea: „Era iunie sau iulie 1997. De la ofiţerul de serviciu am primit un apel că un om beat agresa oamenii cu un topor într-un sat din zona Opole. A fost o urgenţă, aşa că ne-am grăbit într-acolo cu sirena pusă. Dar chiar înainte să ajungem, partenerul meu a avut o necesitate urgentă, aşa că am oprit maşina pe marginea drumului. Am ieşit şi eu să-mi mai îndrept gâtul. Dintr-o dată am văzut acele obiecte şi, în acelaşi moment colegul meu a strigat: «OZN!». Am văzut două globuri luminoase care zburau prin aer la o distanţă de vreo 300 de metri de maşină. Nu erau lumini de discotecă nici lanterne chinezeşti. Zburau cu o viteză mare, se opreau, accelerau şi făceau viraje ascuţite. Am stat acolo într-o stare de venerаţie. Mă bucuram că nu eram singur. La un moment dat, unul dintre globuri s-a apropiat şi s-a oprit la o distanţă de vreo zece metri de noi. Celălalt a rămas deasupra câmpului şi apoi – ca şi când ar fi răspuns la o comandă – ambele au plecat într-o secundă. Îmi dau seama că aveau inteligenţă”.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Vaticanul şi extratereştrii: o teorie a conspiraţiei?

Am arătat în mai multe rânduri că, atunci când intră în discuţii „la nivel înalt” destinele oamenilor de rând, pentru diriguitorii adevăraţi ai lumii de azi nimic nu mai contează, în afara unor interese restrânse. Poate fi vorba despre aşa ceva şi în şocanta informaţie, făcută publică de curând, referitoare la o presupusă relaţie între Vatican şi prezenţa (evident, inclusiv influenţa majoră) pe Terra a unor fiinţe venite de pe altă planetă sau alte planete.

O provocare din spaţiul cosmic

Materialul a fost prezentat de faimoasa WikiLeaks şi, probabil, deloc întâmplător în preajma alegerilor prezidenţiale din SUA. Ceea ce ne poate pune pe gânduri vine din faptul că, practic, nu Biserica Catolică este acuzată că ar ascunde opiniei publice legătura sus-menţionată şi, practic, că ea ar proveni dintr-o sursă foarte credibilă. Este vorba despre o scrisoare redactată de astronautul şi ufologul american Edgar Dean Mitchell, al şaselea pământean care a păşit pe Lună, corespondenţă trimisă (dar şi „scăpată” de sub control) binecunoscutului politician John David Podesta.

Pentru cine totuşi nu a auzit de el, precizăm că acesta din urmă a fost şeful de cabinet al lui Bill Clinton, consilier principal al preşedintelui Obama – considerat, oficial, cel mai puternic om de pe planeta noastră – şi în acest an şeful campaniei electorale a doamnei Hillary Clinton. Potrivit Wikipedia, Podesta ar avea o misiune foarte precisă, aceea de a infiltra Biserica în vederea promovării unei aşa-zise „Primăveri catolice” în probleme de sănătate deosebit de importante. Dar nu acesta e subiectul articolului de faţă.

Ei chiar sunt aici?

Teoria unei legături între extratereştri şi Vatican nu e chiar nouă, dar a reapărut în atenţia publică odată cu dezvăluirile şocante despre corespondenţa electronică a administraţiei americane. Iată ce se afirmă că i-a scris Mitchell lui Podesta: „Dragă John, în momentul când războiul în spaţiu se apropie, vreau să te previn asupra anumitor elemente, înainte de discuţia noastră despre Skype. Aminteşte-ţi că extratereştrii neostili ce provin din Universul apropiat sunt gata să ne ajute cu tehnologii care să permită stăpânirea energiei zero pe Terra. Dar ei nu vor accepta nicio acţiune războinică nici pe Pământ, nici în spaţiu.”

Decedat în luna februarie a acestui an, fostul astronaut a făcut menţiune în corespondenţa sa şi la o anume Terri Mansfield. Aceasta este o specialistă în fenomenul OZN şi prezentată drept „o colegă catolică” ce ar dispune informaţii potrivit cărora Vaticanul ar fi la curent de mult timp în legătură cu existenţa unor forme de viaţă în afara planetei noastre. Cât

despre energia punctului zero, menţionată de Edgar Mitchell, este o noţiune împrumutată din fizica cuantică.

Ea pretinde că ar exista posibilitatea să se extragă energie din vid, ceea ce ar permite omenirii să dispună deopotrivă de o sursă de energie inepuizabilă şi gratuită. Totuşi, această pretinsă existenţă constituie un mai vechi motiv de dispute în lumea ştiinţifică. Acestea fiind datele problemei, e foarte clar că aceasta nu poate decât să rămână acoperită de un văl gros de secretomanie sau, la polul cumva opus, de ceea ce se cheamă teoria conspiraţiei.

* * *

Intrată în acest joc al unor dezvăluiri ce ar putea schimba radical destinul omenirii, Hillary Clinton s-a angajat, într-o declaraţie pentru cotidianul american Conway Daily Sun din 30 decembrie 2015, ca, în cazul în care va deveni preşedintele SUA, să dispună ridicarea cortinei de pe misterele ce înconjoară obiectele zburătoare considerate non-terestre şi celebra Zonă 51. Până una-alta însă, iată că şi Biserica este, din nou, vârâtă în ceea ce ar putea deveni un mare scandal mondial, asta după multe alte teorii privitoare la originile religiilor, la călătoriile în timp, la viaţa dincolo de moarte şi la alte asemenea subiecte de mare senzaţie.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

E bine de ştiut

Cercetări serioase au demonstrat că un nivel scăzut de vitamina D poate duce la un risc crescut de hipertensiune arterială. Se ştie de multă vreme că vitamina D este importantă pentru sănătatea oaselor, în acelaşi timp influenţând unele gene cu implicaţii în boli precum psoriazisul, diabetul, artrita şi chiar unele tipuri de cancer.

Cercetătorii britanici completează „lista" cu legătura existentă între lumina naturală şi hipertensiune. Concluziile se bazează pe un număr de 35 de studii efectuate în Europa şi America de Nord. Cu

Lumina naturală şi hipertensiunea

cât nivelul vitaminei D este mai ridicat, subliniază studiile, cu atât scade riscul de hipertensiune. Cercetătorii spun că se poate stabili o legătură cu unele boli cardiovasculare.

Carenţa în vitamina D, sesizată la numeroase persoane, s-ar datora unei expuneri deficitare la lumina naturală, ştiind că vitamina D este sintetizată în organism sub acţiunea razelor ultraviolete B. Şi alimentaţia (ouăle şi peştele gras) furnizează vitamina D.

E bine de ştiut că este foarte importantă expunerea suficientă la lumina naturală, iar efectul se poate obţine chiar şi printr-o simplă plimbare de cel puţin 30 de minute.

Dr. VALERIU MANTA

Eleganţă şi rafinament

Capa, piesa vestimentară care pune în evidenţă, fără echivoc, eleganţa, rafinamentul, nota dumneavoastră de distincţie este în continuare în vogă. Ziua se poartă cu un pantalon, eventual din piele, iar seara, când ar trebui să fie o capă din blană „se aruncă" peste o rochie elegantă.

Mantourile, din caşmir, strânse cu un cordon în talie, sunt acceptate de creatorii de modă în orice culoare. În privinţa liniei, sunt foarte moderne şi mantourile cu mâneci ample chimono.

În materie de botine sau cizme, scurte sau lungi, cu mult peste genunchi, puteţi alege dintr-o paletă diversă.

Pentru dumneavoastră, doamnă

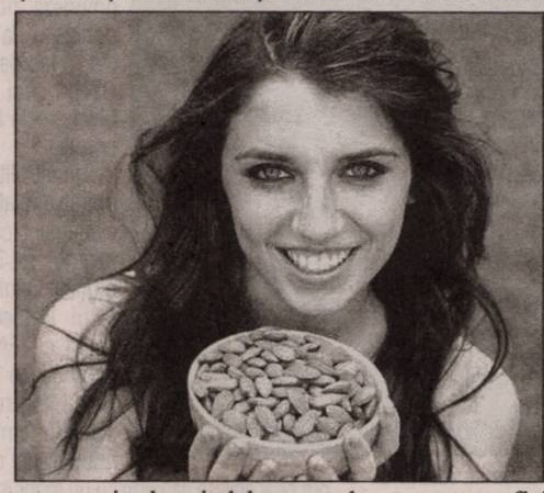
5 soluţii care vă redau buna dispoziţie

E toamnă şi simţiţi că nu v-a ocolit astenia tradiţională, sunteţi stresată, obosită, lipsită de energie. De asemenea, organismul face faţă tot mai greu solicitărilor cotidiene. În faţa acestei situaţii nu trebuie să disperaţi, pentru că specialiştii vă garantează că încercând câteva soluţii simple puteţi ieşi din impas, recăpătându-vă buna dispoziţie şi vigoarea, energia.

1 În primul rând se impune mai multă atenţie pentru o respiraţie corectă. Când respiraţi superficial în plămâni ajunge doar o cantitate mică de oxigen. Când respiraţi profund nivelul oxigenului din sânge creşte şi ţesuturile şi organele sunt oxigenate adecvat. Obişnuiţi-vă să respiraţi pe nas. Chinezii, cu experienţa lor milenară în domeniul medical, spun că respirând pe gură pierdeţi energie.

2 Muzica reprezintă o modalitate de stimulare a energiei organismului. Atunci când se ascultă muzică într-un ritm alert, circulaţia sângelui se va intensifica şi numărul bătăilor inimii va creşte.

3 Lipsa de energie poate apărea şi datorită unei alimentaţii carenţiale. Dacă veţi mânca un



pumn mic de migdale sau o banană organismul va primi proteinele şi carbonaţii de care are nevoie mai ales după-amiaza, când energia scade.

Fructele vă dau energie, iar unele grăsimi din migdale sau nuci încetinesc procesarea glucozei din fructe, menţinând pentru mai mult timp starea de bine.

4 Insuficienta hidratare a organismului este un alt motiv de disconfort şi senzaţie de epuizare. Este foarte important să consumaţi zilnic 2 litri de apă, dar şi alimente bogate în apă. Dintre legume, roşiile şi castraveţii pot compensa deficitul de lichide al organismului.

5 Paradoxal, lipsa de mişcare vă „consumă" energia. Stând multe ore la birou, sau în fotoliu în faţa televizorului, în aceeaşi poziţie, sângele nu poate circula corect, iar spatele, umerii şi gâtul nu primesc suficient oxigen. Puţină mişcare, câteva exerciţii simple făcute din când în când vor ajuta sângele oxigenat să ajungă în toate zonele organismului.

Dosarele frumuseţii

Câte ceva despre silueta perfectă

O siluetă armonioasă presupune respectarea câtorva reguli: includerea sportului în programul obişnuit, consumul de alimente care permit o drenare bună a apei şi a toxinelor, practicarea regulată a masajului sau automasajul zilnic al picioarelor. Ar mai fi vorba despre o hidratare corespunzătoare. Nutriţioniştii acordă o atenţie specială gestionării apei din organism. Trebuie menţinut un echilibru între apa care intră şi cea care se elimină din organism.

Mai trebuie spus că alimentele bogate în potasiu ajută cel mai bine organismul să acţioneze sistemul limfatic, potasiul fiind unul dintre cei mai importanţi electroliţi necesari organismului pentru o rehidratare rapidă. Alimentele bogate în potasiu sunt bananele, broccoli, cartofii dulci, somnul, sucul de cocos. O menţiune specială se impune pentru apa de cocos, o băutură care conţine 680 mg de potasiu (la 100 ml) deci mai mult decât două banane. Nutriţioniştii spun că beneficiile apei de cocos se regăsesc în rehidratarea rapidă a organismului, în scăderea colesterolului, în prevenirea diabetului, activarea metabolismului şi întărirea sistemului imunitar.

Lista alimentelor benefice pentru menţinerea nivelului optim de hidratare din organism continuă cu broccoli, care conţine pe lângă potasiu, fier, fosfor, fibre şi unele substanţe active cu efecte antioxidante şi anticancerigene.

Gastronomice

Budincă rece de legume

1 morcov, o ţelină, 100 g mazăre, 10-15 fasole verde păstăi, o ceapă, o lingură cu vârf făină, 6 ouă, o ceşcuţă lapte, 150 g caşcaval ras, sare, piper.

Morcovul şi ţelina, spălate şi tăiate cubuleţe mici, se pun la fiert, împreună cu mazărea şi fasolea, în apă clocotită cu sare. După ce au fiert, se lasă într-o sită să se scurgă. Ouăle se bat cu făina, se subţiază cu puţin lapte, se amestecă bine cu caşcavalul şi se lasă să se odihnească. Aluatul trebuie să fie ca pentru clătite. Între timp se toacă ceapa mărunt şi se căleşte puţin în unt. Când este destul de înmuiată se amestecă în aluat şi se pun şi legumele scurse. Compoziţia se sărează, se piperează după gust şi se toarnă într-o cratiţă unsă bine cu unt, care se aşază în altă cratiţă cu apă clocotită şi împreună se pun la cuptor la foc potrivit, 25-30 minute, să se rumenească. Când budinca este gata, se răstoarnă pe o farfurie şi se serveşte rece.

Crap cu garnitură de legume

1 crap mediu, sare, ulei.

Pentru garnitură: ***ardei roşu, morcov, fasole păstăi, brocolli, boabe de porumb dulce, seminţe de susan, 2 căţei de usturoi, sare, piper.***

Peştele se curăţă, se spală bine, se sărează după care se prăjeşte în ulei încins, pe ambele părţi până se rumeneşte frumos. Legumele se curăţă, se spală, se taie mărunt şi se călesc în tigaie, în puţin ulei. Când sunt aproape gata se amestecă bine cu o lingură de seminţe de susan şi se zdrobeşte usturoiul peste ele.

Fursecuri cu stafide

200 ml ulei, 1 pahar iaurt, 1,5 pahar zahăr, 2 ouă, o linguriţă rasă bicarbonat, o fiolă esenţă vanilie, rom, sare, 1 pahar stafide, făină cât cuprinde, o lingură zeamă de lămâie.

Se amestecă iaurtul cu zahărul până se topeşte. Se adaugă esenţele, ouăle, un praf de sare, bicarbonatul stins în zeamă de lămâie, uleiul şi făină astfel încât aluatul să nu fie foarte tare. La sfârşit se adaugă stafidele. Se rupe din aluat cam cât un ou şi formăm fursecuri rotunde, uşor aplatizate, mai groase decât cele obişnuite. Se pune zahăr într-un castronel şi se dau fursecurile pe o parte prin acesta. Se tapetează o tavă cu hârtie de copt şi se pun fursecurile. Se coc la cuptor, la foc mic, până se rumenesc frumos.

Pagină realizată de ECATERINA BĂTRÂNEANU

Oamenii veniţi de la Răsărit

Toate expediţiile pe cel mai înalt masiv montan din lume, Himalaya, au drept ghizi şi cărăuşi de poveri grele oameni ai muntelui originari din Kham, o provincie situată în sud-estul Tibetului, şi veniţi spre mijlocul secolului al XVI-lea în Nepal, unde s-au instalat în regiunea Everestului. Aşadar, numele lor colectiv – sherpa sau şerpaşii – nu se referă exclusiv la călăuzele sus-amintite, ci la o populaţie distinctă care şi-a conservat de-a lungul secolelor cultura tibetană, precum şi un dialect provenit din familia limbilor tibeto-birmane.

Din acest punct de vedere, trebuie spus că ei se ocupă cu agricultura, creşterea animalelor, comerţul şi abia din anii 1950 cu cărăuşia montană, ghidajul sau agenţiile de trekking în zona Khumbu (Khumbu Himal), care include şi Everestul denumit de şerpaşi Sagarmatha. Cea mai cunoscută personalitate a acestei populaţii este şerpaşul Tenzing Norgay, cel care a realizat în 1953 prima ascensiune a Everestului alături de Edmund Hilary.

Un destin vitreg

Poate că noi, românii, am fi tentaţi să asociem numele acestor oameni cu cel al reptilei târâtoare vinovate de păcatul originar, însă cuvântul ***sherpa*** nu se traduce în română prin „şarpe", ci provine de la ***shar*** („est") şi ***pa*** („populaţie"). Din păcate pentru ei, meandrele vitrege ale istoriei au decis destinul muntenilor din Kham, care, pe la 1530, au luat calea Tibetului, din cauza luptelor politico-sociale, litigiilor religioase şi invaziilor mongole, stabilindu-se în valea Dudh Kosi. Interesantă este şi organizarea lor. Iniţial regrupate în patru linii patriliniare, anumite familii s-au stabilit la poalele Everestului, în timp ce altele au colonizat Pharak şi Solu.

Ulterior, şi alte comunităţi tribale li s-au alăturat, împingând graniţele habitatului lor pe arii mai extinse. Totuşi, capriciile reliefului, duritatea climei şi sărăcia pământurilor cultivabile au limitat expansiunea şerpaşilor. Mai mult, în secolul al XIX-lea numeroase familii au emigrat în valea Katmandu şi regiunea Phokara, apoi în Sikkim şi în Bengalul Occidental (India).

Pe cărările cerului

Şerpaşii au dovedit întotdeauna o uimitoare capacitate de adaptare la mediu şi o deschidere la schimbări puţin obişnuită. Izolarea geografică nu i-a împiedicat însă pe şerpaşi să devină receptivi la influenţele exterioare, iar trei mari schimbări au avut un impact decisiv asupra comunităţii şerpa: cultura cartofului importat de britanici în Himalaya, introducerea iodului, care a permis eradicarea guşii, foarte răspândită aici în anii 1960 şi drumeţiile montane care au dus la ecoturism.

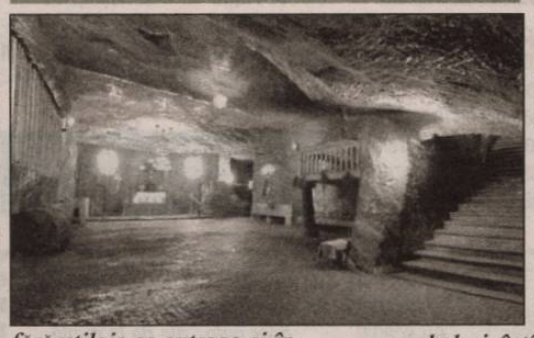
Cum se poate explica această rezistenţă admirabilă? Nevoia câştigării existenţei în asemenea zone nu tocmai prietenoase i-a împins la practicarea unor activităţi dificile şi foarte riscante. Aşa cum arătam mai sus, în calitate de cărăuşi şi apoi de alpinişti experimentaţi, ei s-au remarcat în cadrul expediţiilor pe Everest prin anduranţă, determinare, forţă şi loialitate, dar lipsiţi de spiritul de aventură occidental, deseori fatal la asemenea altitudini. Ceea ce, dacă ar fi să ne luăm doar după fotografii cu aceşti oameni destul de scunzi, care nu par foarte robuşti, parcă nu am prea crede. Totuşi, ca mai mereu, aparenţele sunt înşelătoare şi în cazul acestui popor admirabil.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 de locuri de văzut în România

Salina Cacica

Situată în frumoasa Bucovină, pe raza judeţului Suceava, în apropiere de Gura Humorului, Salina Cacica este vizitată an de an de mii de turişti, atraşi în special de frumuseţea plaiurilor, dar şi de aerul curat, puternic ozonat, de mare ajutor atât celor care vor să-şi încarce bateriile, cât şi celor care se confruntă cu boli respiratorii diverse. Zăcămintele de sare de aici au fost descoperite în jurul anilor 1780, toate galeriile fiind săpate în întregime manual, de braţele puternice ale minerilor. Tot



fără utilaje se extrage şi în prezent preţioasa sare.

În 1806, la 25 de metri adâncime, oamenii au construit o capelă romano-catolică, „Sf. Varvara", unde minerii aduceau mulţumiri divinităţii. Altarul, candelabrul, balconul pentru cor sunt toate sculptate în sare. Dimensiunile capelei sunt impresionante: 25 m lungime, 9 m lăţime şi nu mai puţin de 7 m înălţime. Aici, în fiecare an pe 4 decembrie, preoţi catolici, greco-catolici şi ortodocşi, uniţi întru credinţă, săvârşesc un Te Deum, la care participă toată suflarea locului, iar copiii, îmbrăcaţi în costume populare, prezintă un program artistic, în trei limbi.

Şi mai jos în miezul pământului, la 35 m adâncime, se găseşte Capela Ortodoxă. Aici, galeria este şi mai largă, iar pe pereţi sunt sculptate în stânca de sare basoreliefuri cu tematică religioasă, operă a unor tineri sculptori talentaţi, după modelul Salinei Wieliczka, de lângă Cracovia. Tot aici, se găseşte Lacul Sărat, un lac artificial săpat de mineri, îngrădit cu o balustradă şi iluminat de câteva reflectoare. Cu ani în urmă, pe suprafaţa lacului se puteau face plimbări cu ajutorul unei plute...

Sala de dans, denumită şi „Sala Agripa Popescu" (după numele primului director general al Regiei Monopolurilor Statului), aflată la adâncimea de 37 de metri, este un spaţiu mirific, unde în trecut se organizau baluri, întâlniri festive sau spectacole. Are nu mai puţin de 12 metri lungime şi tot atâta lăţime, iar la capete se găsesc trei balcoane săpate în sare, de unde poţi avea o privire de ansamblu a întregii săli.

Intrarea în mină se face pe trepte de brad vechi de peste 200 de ani, mineralizate de saramura ce a pătruns în lemn. Temperatura în mină este de circa 15 grade Celsius, adică suficient de confortabilă.

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualităţii

Mănăstirea Sfânta Treime-Balş

Aflată în comuna Frumuşica, judeţul Botoşani, Mănăstirea Balş, cu hramul Sfânta Treime a fost înfiinţată în 1776 de boierul Grigore Balş care a ridicat aici o biserică de lemn luând naştere prima mănăstire de călugări. În acelaşi an însă, în urma unui conflict de hotar, sărarul Aslan i-a dat foc şi, până în 1819, nu există documente despre sfântul locaş. În anul respectiv a fost construită actuala biserică ai cărei ctitori sunt Lascăr Sturdza şi Evghenia Ursachi devenită monahia Evghenia, mănăstirea având obşte de maici. În 1870 este însă închisă de boierul Mavrocordat. Locaşul este redeschis abia în 1945 şi uimitor este faptul că în Altar crescuse un cireş. Biserica este din nou închisă în urma decretului din 1959, rămâne o perioadă îndelungată în paragină şi viaţa monahală este reluată abia în 1990 când redevine mănăstire de călugări, demarează ample lucrări de restaurare şi începe ridicarea unui nou corp de chilii.

Biserica este sfinţită în 1996 de P.S. Calinic Botoşăneanul. Este construită din piatră şi zid pe o temelie de piatră, în formă de navă, având spaţiul împărţit în încăperile clasice: Altar, naos, pronaos şi, pridvor închis. Altarul primeşte lumina printr-o fereastră în peretele din est iar catapeteasma este din lemn de stejar, operă a sculptorului Ion Ungureanu din Târgu Neamţ. Pereţii din nord şi sud ai naosului sunt luminaţi fiecare de câte o fereastră iar pronaosul prezintă numai una. Între naos şi pronaos există doi stâlpi laterali, cuprinşi în ziduri şi despărţind cele două încăperi. Aceştia susţin arcadele bolţilor.

Intrarea în pridvor se face printr-o uşă de stejar plasată pe peretele sudic. Deasupra zonei pronaos-pridvor se înalţă o turlă de formă pătrată cu ferestre terminate în arc şi având instalate înăuntru clopotele.

Pictura din interior ca şi aceea din pridvor a fost executată în 1994 în tehnică frescă, stil bizantin. Sunt pictate scene biblice, conform canoanelor iar în pridvor sunt reprezentaţi sfinţi români. Autorul este pictorul Vasile Buzuloi, din Bucureşti care a lucrat aici ajutat de familia sa.

Din sfintele odoare dăruite mănăstirii de călugăriţele din secolul al XIX-lea se păstrează un potir de argint având inscripţionat anul 1851.

La sud de biserică, la o distanţă de circa 10 kilometri, se află o troiţă sculptată reprezentându-l pe Iisus pe cruce, alături de care stau Sfânta Fecioară şi Sfântul Apostol Ion Evanghelistul. Crucea a fost ridicată de familiile Mihai Ion şi Constantin Burece din comuna Flămânzi, judeţul Botoşani.

IRINA STOICA

Suferinţele artei

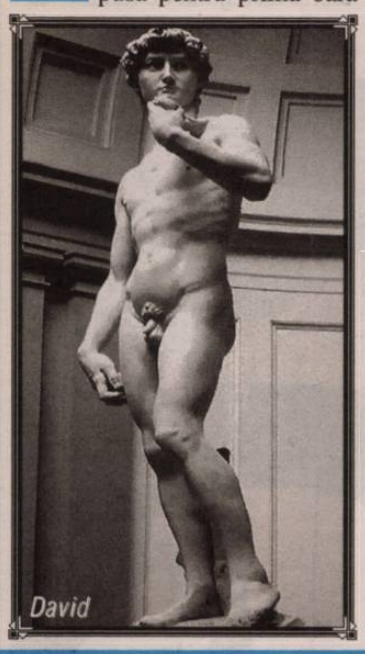
„Guernica" una dintre cele mai emblematice lucrări de artă modernă din secolul al XX-lea este o lucrare monumentală a lui Picasso, elaborată în ulei pe pânză, deşi are dimensiunile unei fresce: 3,49 x 7,76 metri. Uneori i s-a reproşat lui Picasso (1881-1973) că nu s-a înrolat împotriva dictatorului Franco, dar maestrul a luptat cu arta sa împotriva nazismului şi a atrocităţilor acestuia.

Guernica, detaliul 1

Capodopera sa Guernica reprezintă tocmai o atragere a atenţiei opiniei publice mondiale asupra bombardamentelor inumane făcute de armata germană, în timpul războiului civil spaniol, în localitatea bască omonimă – deşi aceasta se afla în afara teatrului de război. Astfel, la 26 aprilie 1937, flotila aeriană germană specială numită „Legiunea Condorul" a bombardat timp de două ore localitatea respectivă.

Executată în alb, negru şi albastru, Guernica a fost finalizază în 1937 şi expusă pentru prima oară la Expoziţia Mondială de la Paris, 1937. Din motive de securitate, lucrarea a ajuns la New York în 1939, la Muzeul de artă modernă. În 1974, un act de vandalism a fost făcut de militantul pentru pace în Vietnam, pe nume Tony Shafrazi, de origine iraniană. Acesta a scris cu spray roşu pe Guernica „Kill lies all", cu sensul de „Cu toţii să ucidem minciuna". Infractorul protesta împotriva faptului că preşedintele Richard Nixon îl iertase pe ofiţerul american William Calley pentru crimele comise în Vietnam.

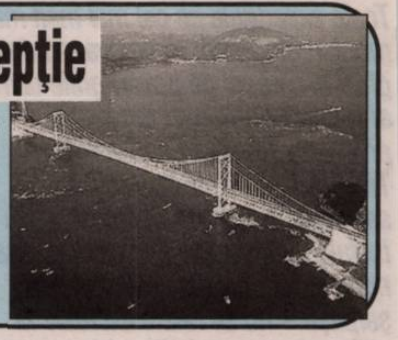
Guernica, detaliul 2


David

Ce vină avea Picasso în această problemă? Numai o minte bolnavă putea să explice. Interesant este faptul că acest Shafrazi a devenit ulterior om de încredere al şahului Iranului (Reza Pahlavi) şi curatorul colecţiei sale de artă. Cu limbă de moarte, Picasso a decis ca Guernica să ajungă în ţara sa numai când democraţia se va fi instaurat în Spania. Acum, Guernica se află la Muzeul Reginei Sofia, deşi artistul insistase să fie expusă numai la Prado.

O altă lucrare monumentală atacată de un distrugător de artă este David, colosala sculptură în marmură de Carrara a lui Michelangelo Buonarroti. În anul 1501, tânărul artist (douăzeci şi şase ani) a fost desemnat s-o execute, iar marele maestru al Renaşterii a finalizat-o în 1504. Capodopera are 5,17 metri înălţime şi-l reprezintă pe eroul tânăr în plină contemplaţie, după victoria împotriva lui Goliat. Aceasta ar putea reprezenta dorinţa de libertăţi civile ale Republicii florentine, aflate sub hegemonia familiei de Medici. Iniţial, statuia a fost plasată în faţa clădirii Palazzo della Signoria, iar astăzi se află la Academia dell'Accademia, Florenţa. Atunci când a fost expusă pentru regina Victoria a Marii Britanii, o frunză de smochin din plastic a fost pusă peste sexul eroului... În 1991, un infractor a atacat statuia cu un ciocan ascuns sub haină şi i-a deteriorat laba piciorului stâng. A fost oprit la timp de paznici. Nu se ştiu motivele atacului infam, iar restaurarea a durat mai mulţi ani. Astăzi, statuia este protejată şi împotriva vibraţiilor paşilor vizitatorilor.

Un pod de excepţie

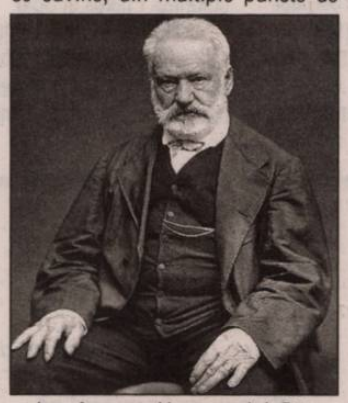


Podul japonez Akashi Kayko are cea mai lungă porţiune suspendată din lume, pe o distanţă de 1.991 metri, din totalul de 3.911 metri. El leagă Insula Honshu de Insula Awaji. A fost finalizat în 1998, în zece ani.

ZIGZAG în timp şi spaţiu

• Hugo împotriva călăilor

Victor Hugo (1802-1885) a fost o figură de primă mărime a romantismului secolului al XIX-lea. Uriaşa personalitate a scriitorului născut la Besançon, fiu de general al Imperiului napoleonian, este analizată cum se cuvine, din multiple puncte de



vedere, în presa Hexagonului. Putem întâlni titluri emblematice pentru opera sa precum „Hugo creator al Bibliei umane", „Omul secolului, alături de Napoleon Bonaparte", „Succesul capodoperei Notre-Dame de Paris", „Bărbatul înconjurat de femei", „Exilul", „În jurul lumii cu un geniu" etc., etc. Pentru articolul de faţă ne-am oprit la un aspect mai puţin cunoscut, poate, de către publicul românesc. Este vorba de ardoarea cu care Hugo a militat pentru abolirea pedepsei cu moartea – fapt care avea să se petreacă, în Franţa, abia în 1981.

• Pedeapsa cu moartea

În tinereţe, Hugo a publicat (1829) o celebră lucrare-manifest („Ultima zi din viaţa unui condamnat") în care punea la zid pedeapsa cu moartea. Pentru Hugo, pedeapsa cu moartea era „o insultă adusă lui Dumnezeu şi demnităţii umane (...)". Peste treizeci de ani, naraţiunea şi atitudinea din „Ultima zi a unui condamnat" va fi reluată în capodopera „Mizerabilii" (1862).

Revolta scriitorului faţă de verdictul suprem al justiţiei îşi are rădăcinile în copilărie. Cu diverse prilejuri, micul Victor observa punerea în scenă a spânzurării, ghilotinării sau împuşcării unor infractori. Mai mult, în anii maturităţii, Hugo mărturisea că nu va uita niciodată gemetele unei fete de 19 ani, pe când era însemnată cu fierul roşu pe umăr pentru hoţie. De asemenea, nu va uita niciodată cagulele călăilor şi condamnatul care sărută crucifixul legat la ochi, pentru ultima oară.

După marea decepţie provocată de moartea fiicei sale, Léopoldine, în 1843, Victor Hugo începe să fie foarte activ în viaţa politică, ajungând deputat în 1848. Din această postură, deja consacratul scriitor face numeroase demersuri pentru a obţine achitarea unor condamnaţi la moarte. El îşi transmite opiniile atât regelui Franţei Louis-Philippe (pentru a-l salva pe un anume Lecomte, vinovat de regicid), cât şi suveranilor din alte ţări europene şi chiar guvernatorului statului american Virginia (apărându-l pe John Brown, un important militant al abolirii sclaviei).

Deşi nu era un orator strălucit (spun istoricii francezi), Hugo s-a remarcat în Adunarea Constituantă a ţării sale prin discursul ţinut la 15 septembrie 1848. Marele scriitor a spus, printre altele: „...Poporul a vrut să răstoarne tronul, iar în ziua următoare venea rândul eşafodului (...) Votez pentru abolirea definitivă a pedepsei cu moartea".

Între 1851 şi 1870, Hugo a fost nevoit să plece în exil. Revenit în Franţa, alături de republicani, el devine una dintre cele mai onorabile personalităţi ale vremii. Academicianul Hugo se întâlneşte, inevitabil, cu moartea în 1885. Au loc funeraliile naţionale, iar cortegiul cernit trece pe sub Arcul de Triumf din Paris, la 1 iunie.

Pagină realizată de
PAUL IOAN

Poligam criminal

Germanul (naturalizat american) Johann Otto Hoch (1855-1906) a fost cel mai mare poligam din istorie. Acest individ a avut cel puţin cincizeci şi cinci (55) de neveste oficiale! Numai că acest „romantism sufocant" a fost umbrit de o altă activitate prodigioasă a lui Johann zis Johhny: crimele în serie.

Pe vremea aceea – La Belle Époque – informaţiile circulau foarte greu şi asta favoriza infractorii. În seama lui sunt puse cel puţin cincisprezece neveste ucise, iar fatală i-a fost ultima, pe care a înlăturat-o prea repede.

Născut în Germania, Hoch ajunge de copil în SUA. Părinţii săi se despart la New York şi adolescentul cu nume americanizat constată că unele femei aflate la o vârstă dificilă vor să se mărite cu orice preţ. Don Juan-ul nostru are succes la femeile de peste 30 de ani şi începe escrocheria sentimentală.

Astfel, se însoară în 1898 de cel puţin patru ori (de trei ori la New York şi o dată la Chicago), dându-se drept comis voiajor, agent de bursă, ziarist etc. Ce nu este clar pentru posteritate este următorul aspect: actele pe care le prezenta la primărie. Pentru că cine le falsifica îl avea la mână pe Hoch. Nu mai este clar nici de ce rudele nevestelor ucise (prin otrăvire cu arsenic) nu făceau plângeri la poliţie, deşi mirele încasa poliţele de asigurare pe viaţă. Ce-i drept, nu se ştie nici dacă au fost făcute autopsii, pentru că soţiile omorâte aveau o vârstă la care inima sau alt organ poate ceda în orice moment.

Au scăpat „nedoftoricite" acele neveste care nu puneau întrebări dificile şi care se mulţumeau cu modestele contribuţii financiare ale soţului. Dar se bănuieşte că nici una din „căsniciile" lui Hoch nu a durat mai mult de şase luni. A greşit fatal la ultima, când în cauză a fost o anume Mary Wacker. Aceasta a murit la doar patru zile de la nuntă (otrăvire fulger), iar văduvul, total inoportun, a cerut-o de nevastă pe sora lui Mary, chiar a doua zi după înhumare. Bulversată, femeia a amânat răspunsul şi a înţeles imediat că ceva este în neregulă cu bărbatul proaspăt îndoliat. În consecinţă, „candidata" a anunţat poliţia, apoi s-a făcut autopsia şi aşa a ajuns Johann Otto Hoch (foto) în ştreang, la 51 de ani. Nu a mai apucat să-şi scrie memoriile conjugale.

Știați că...

◆ ...măgarul a fost un animal sălbatric? A fost domesticit de egipteni.

◆ ...în vechiul Babilon socrii mici erau obligați să-i aprovizioneze zilnic, timp de o lună, pe tinerii căsătoriți cu miere (vin de miere)? De aici provine expresia „luna de miere".

◆ ...căluții de mare pot înota în poziția verticală? Sunt singurii pești care pot face acest lucru.

◆ ...cel mai înalt carusel cu lanțuri din lume se află la Viena? Are o înălțime de 117 metri.

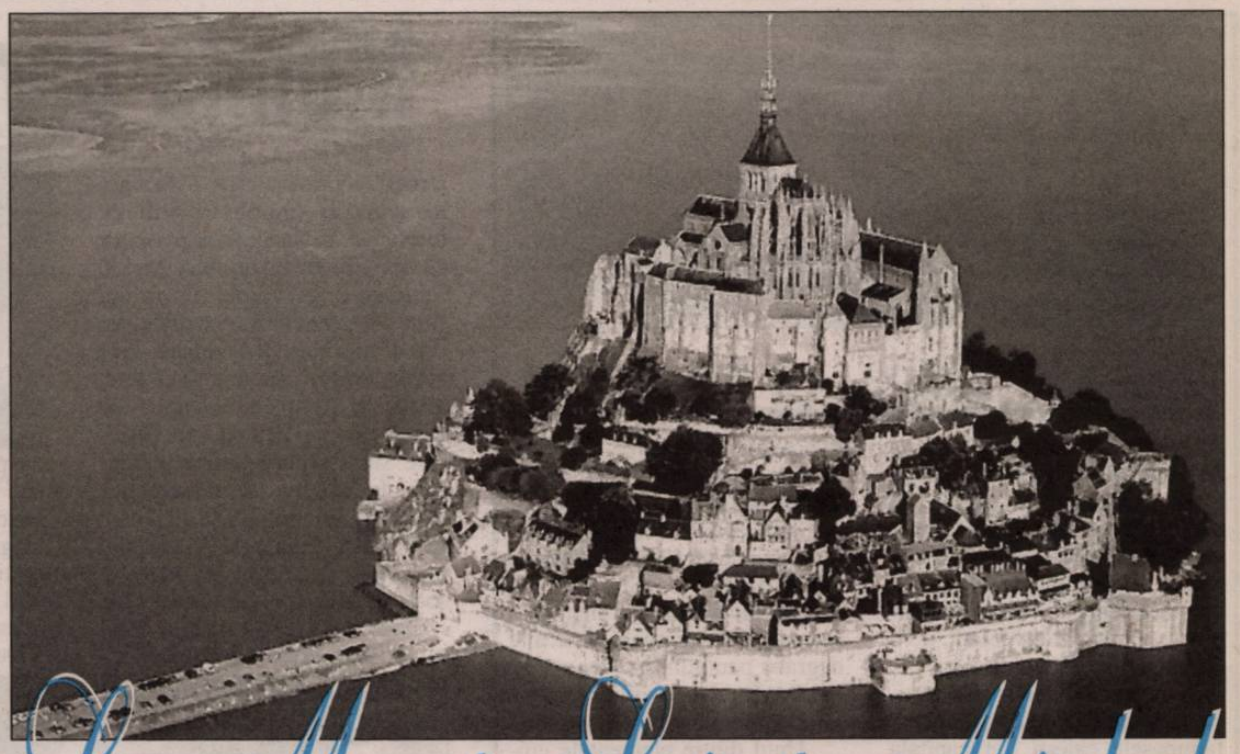
◆ ...portocalele sunt rodul unei încrucișări făcută pe cale naturală, fără intervenția omului? Este vorba de încrucișarea între un pomelo și mandarină.

◆ ...în Texas un hoț de cai era condamnat la moarte? Deși nu se mai ținea cont de ea, legea a fost abrogată abia în 1908.

◆ ...în Antarctica vremea era atât de caldă încât acolo creșteau palmieri? Asta s-a întâmplat cu 53 de milioane de ani în urmă.

Știați că...

Considerat unul dintre simbolurile Franței, Le Mont-Saint-Michel este de fapt o stâncă de granit cu o înălțime de 78 metri din nord-vestul țării, în Golful Saint Malo, din Martea Mânecii.



Le Mont-Saint-Michel

Aici se manifestă cel mai reprezentativ fenomen de flux și reflux din Europa. În timpul fluxului stânca este o insulă iar în timpul refluxului devine peninsulă. Stânca, așezată la granița dintre Bretania și Normandia, are un perimetru de 900 de metri și este ocupată de un sat cu 41 de locuitori și o mănăstire fortificată.

Legenda, potrivit căreia Arhanghelul Mihail a devenit protectorul locurilor, este relatată într-un manuscris din secolul al X-lea. Se spune astfel că Arhanghelul i s-a arătat în vis episcopului Aubert de Avraches într-o noapte de octombrie, anul 708 și i-a poruncit să construiască o biserică pe muntele Tombe, în mijlocul golfului. Pentru ca episcopul să nu uite, l-a însemnat cu degetul în mijlocul frunții și astfel a fost ridicată biserica Nôtre-Dame-Sous-Terre. Pe locul acesteia, două secole mai târziu, 12 călugări benedictini din Saint-Wandrille întemeiază o mănăstire la ordinul ducelui Richard I de Normandia. Construcția a început în anul 1023 și benedictinii au fondat aici o comunitate puternică, ocrotiți fiind, prin așezarea locului, de agresiunile străine.

În 1204 o parte a clădirii este distrusă de un incendiu și este înlocuită cu o alta, numită „La Merveielle"(Minunea). Avea trei etaje era împărțită în două secțiuni și îndreptată cu fața spre mare, la nord de biserică. La parter existau camara și sala de mese pentru pelerini. La primul nivel era sufrageria rezervată oaspeților de seamă. Tot aici exista și un „scriptarium", respectiv încăperea în care călugării copiau manuscrisele și le împodobeau cu miniaturi. Ulterior încăperea a fost numită „Camera Cavalerilor".

„La Merveielle"

La ultimul etaj era sala de mese pentru călugări care, prin patru pasaje acoperite era legată de o grădină suspendată cu arcade multiple și coloane ornate cu motive florale.

Cele trei etaje ale clădirii simbolizau cele trei niveluri ale omului. Cel inferior reprezenta pornirile materiale cel de al doilea erudiția și științele raționale iar ultimul comuniunea cu Dumnezeu.

În Evul Mediu, Le Mont-Saint-Michel era un important loc de pelerinaj, considerat reprezentarea pe Pământ a Ierusalimului Ceresc.

În timpul Războiului de o Sută de Ani, în anul 1346, englezii au ocupat insula vecină, Tombelaine. În 1426 au asediat mănăstirea în care se aflau doar 119 cavaleri, conduși de Louis d'Estouteville. Cu ajutorul călugărilor ei au rezistat atacului până în 1450 când englezii au părăsit Normandia.

Nôtre-Dame-Sous-Terre

După război, regele francez Ludovic al XI-lea a înființat Ordinul Cavalerilor Saint-Michel iar Arhanghelul Mihail a fost ales ca patron al întregii Franțe. Secțiunea bisericii prăbușită în timpul asediului a fost reconstruită în stil gotic flamaboiant, iar mănăstirea a devenit un exemplu de arhitectură medievală.

După ce, în 1790, călugării au părăsit mănăstirea, în secolul al XIX-lea a fost transformată în închisoare declanșând o serie de proteste din partea unor intelectuali de seamă ca Victor Hugo. În 1863, în urma unui decret al lui Napoleon al III-lea, închisoarea a fost desființată. Restaurată, mănăstirea așază în vârf statuia Arhanghelului Mihail, aurită ulterior iar benedictinii reapar în munte, unde în prezent funcționează Fraternitatea Monastică de la Ierusalim.

În 1874 statul francez a construit un dig pentru a ușura accesul, dar se pare că acesta a dăunat sitului încercându-se ulterior construcția unui pod care să nu afecteze fenomenele naturale.

Caragiale printre noi

În apropiere de schitul Darvari, în centrul Capitalei se află statuia în bronz a lui Ion Luca Caragiale.

Operă a lui Constantin Baraschi, a fost amplasată în 1976 în curtea librăriei și „Editurii Cartea Românească", pe strada Nuferilor. În 1994 a fost mutată pe un soclu pe strada Maria Rosetti, colț cu strada I.L. Caragiale.

Statuia îl reprezintă pe marele scriitor în hainele sale obișnuite, purtând o pălărie cu boruri largi, ușor răsucite. Are mâna dreaptă sus, pe marginea vestei și mâna stângă în buzunar.

Pagină realizată de **IRINA STOICA**

Simboluri ale umanității

Pica

Numită și Pafa, este o divinitate secundară nefastă din mitologia românească. Este închipuită bătrână și îngrozitor de urâtă, neagră și slabă, cu un nas mare, coroiat, cu ochii umflați, cu coarne, colți de mistreț, gheare ascuțite și o coadă lungă. Este fiică a Iadului și șade pufăind din pipă.

Se mai spune că dracii sunt fiii ei, că ei au semănat tutunul, care este cunoscut în popor sub numele „iarba dracului" sau „tămâia diavolului. De altfel chiar pipa este denumită „cădelnița dracului".

În România dar și în Rusia, Ucraina, Bulgaria fumatul este un apanaj infernal, și, ca atare și profanator.

Caii din Viena, în concediu

Pentru amatorii de vacanţe pe meleaguri culturale celebre, unde spectacolul şi informaţia create de om poate îmbrăca nenumărate forme, unul dintre segmentele foarte gustate de turişti ale unui sejur la Viena a întâmpinat un mic inconvenient, de o factură cu totul neobişnuită.

În contextul unor zile caniculare, cei 375 de cai care trag faimoasele caleşti din capitala austriacă au beneficiat de binemeritate momente de „concediu", atunci când temperaturile au depăşit 35 de grade la umbră.

Decizia a fost pusă în practică în urma adoptării unei legi a parlamentului vienez, în numele bunăstării animalelor, ea limitând la 18 numărul obişnuit al zilelor de lucru pentru caii de caleaşcă. Anul trecut, în 18 rânduri mercurul termometrelor a trecut de limita celor 35ºC la umbră, făcând munca efectivă a acestor docile animale să fie mai degrabă penibilă, mai cu seamă că ei trebuie să evolueze pe bitum, deseori sub razele soarelui.

Unul dintre elementele emblematice ale centrului Vienei, caleştile reprezintă o atracţie irezistibilă pentru turiştii cu dare de mână. Activitatea este împărţită între 28 de societăţi, care folosesc în total 250 de persoane şi 375 de cai. *(A.N.P.)*

Mumia care deschide ochii

Un turist a făcut public pe Internet un video şocant, care a generat multe emoţii. Unii dintre internauţi îl acuză însă pe autor că ar fi făcut un montaj trucat. Incidentul prezentat în micul film s-a petrecut în catedrala din oraşul mexican Guadalajara. Este vorba despre mumia unei fete, veche de circa 300 de ani – de fapt, relicvele Sfintei Inocencia, care sunt expuse pentru vizitatori. În timpul unui asemenea pelerinaj, unul dintre turiştii care filmau în interiorul catedralei mexicane a surprins un moment şocant, când mumia deschide ochii.

Înregistrarea video, de-a dreptul înfricoşătoare, a devenit virală pe YouTube, unde a fost postată. O parte din persoanele prezente la faţa locului au afirmat că imaginile sunt false, dar există şi mulţi alţi oameni care cred că totul e real şi că faptul că sfânta a deschis ochii ar fi un semn de la Dumnezeu, fără să se aprecieze dacă e „de bine" ori „de rău".

În legătură cu tânăra a cărei mumie se află în catedrala din Guadalajara circulă mai multe istorioare, căci se înţelege că aceasta şi-a aflat moartea prematur. Versiunea cea mai populară asupra tragicului eveniment pretinde că aceasta voia să participe la prima comuniune din viaţa ei, alături de colegii de clasă, dar tatăl ei i-a interzis categoric acest lucru. Totuşi, ea a fost invitată la slujbă de călugăriţele din şcoala sa şi a dat curs rugăminţilor. Înainte însă ca ritualul religios să înceapă, tatăl a aflat că fiica lui îi încălcase cuvântul şi, turbat de furie, a alergat imediat pe urmele ei până la biserică, unde a găsit-o şi a înjunghiat-o, ucigând-o pe loc.

Cât despre pretinsa „resuscitare" a ochilor copilei sanctificate, aceasta rămâne totuşi o afacere controversată legată de tehnologiile vremii noastre. *(A.N.P.)*

Campionul şoselei

Peste tot în lume alcoolul face numeroase victime, mai ales când consumatorii se urcă „bărbăteşte" în maşină, considerându-se adevăraţi aşi ai volanului. Acesta a fost şi cazul unui tânăr de 24 de ani dintr-un orăşel din apropiere de Anvers (Belgia).

Fiind puternic îmbibat de licori etilice, a pierdut controlul maşinii cu care a rupt gardul unei case, a pătruns în grădină şi a proiectat în zid o altă maşină care era parcată lângă casă. Lovitura a fost atât de puternică încât tânărul, prins între fiare, nu a putut fi eliberat decât de pompierii veniţi la faţa locului pentru descarcerare.

Din fericire a scăpat doar cu răni uşoare, dar în casă dormea o

tânără care s-a trezit îngrozită de hărmălaia de afară. A telefonat tatălui ei care a venit imediat. Acesta a realizat îngrozit că, dacă n-ar fi fost maşina de lângă casă, care să servească drept tampon, inconştientul şofer ar fi ajuns cu bolidul în salonul în care dormea fiica sa, pe care, probabil, ar fi omorât-o.

Şocată, tânăta a fost dusă la spital împreună cu şoferul beat. Lucrurile s-au complicat atunci când a sosit şi amicul ei care, în momentul accidentului, se dusese să-şi întâlnească nişte prieteni. Văzându-şi prietena descompusă de spaimă, i-a adresat şoferului câteva cuvinte nu prea amabile şi, drept răspuns, acesta l-a lovit cu piciorul în faţă. A urmat o încăierare în regulă şi a fost nevoie de câţiva poliţişti să-i despartă înainte ca agresorului beat să i se comunice suspendarea permisului de conducere. *(I.S.)*

Salvat de roboţel

Avocatul american Joshua Neally, din Missouri, se afla la volanul noului său autoturism, un Tesla model X, îndreptându-se plin de bună-dispoziţie către Springfield, pentru a-şi întâlni fiica, la aniversarea acesteia. Era deocamdată foarte mulţumit de maşina sa achiziţionată de numai o săptămână şi despre care constructorul declara că se bazează pe o combinaţie de camere video, radare şi captatori de ultrasunete pentru zitivelor automate să detecteze apariţia în faţă a unui autovehicul greu, pentru a putea declanşa la timp frânele salvatoare...

Deodată, o durere puternică i-a săgetat lui Neally pieptul, aproape paralizându-l. „Durerea era insuportabilă, niciodată nu mă simţisem atât de rău în viaţa mea... În clipele acelea nu mai ştiam decât un lucru: că trebuia să ajung în cel mai scurt timp la urgenţe." – avea să povestească el mai târziu pentru presă. Şi, în timp ce avocatul respira din ce în ce mai greu, pilotul său automat a preluat conducerea maşinii a ajuns, într-adevăr, la cel mai apropiat spital, unde a fost salvat în ultimele clipe, în urma emboliei pulmonare care îl aruncase brusc în pragul morţii.

a menţine automat vehicului pe ruta dorită, pentru a schimba benzile de circulaţie şi a varia vitezele în funcţie de trafic.

Nu putea totuşi să uite că, numai cu câteva luni în urmă, suspiciunile începuseră deja să pună sub semnul îndoielii eficacitatea acestei mărci, după ce un bărbat îşi găsise sfârşitul la volanul unei Tesla S în timp ce se angajase într-o cursă rapidă folosind pilotul automat. Se scrisese atunci că o lumină puternică nu permisese dispo-

Abia după o săptămână avea să fie externat, restabilit, bărbatul având convingerea fermă, aşa cum afirma, că „...în mod sigur, autopilotul m-a ajutat". Un ajutor în lipsa căruia criza îi putea fi fatală şi care a demonstrat că, totuşi, şi inteligenţa artificială poate acţiona uneori autonom, în sprijinul creatorului ei, omul. (A.N.P.)

Isteria Pokemon Go – jocul care ucide

Oricât ar fi de ispititor, de amuzant, dar şi adictiv, jocul Pokemon Go, bazat pe un aparent simplu şi inofensiv desen animat pentru cei mici, a generat binecunoscuta isterie care nu a întârziat să producă şi victime printre jucători. Recent, în Japonia s-a anunţat public primul deces cauzat de acesta, pe lângă alte accidente încheiate în mod nu tocmai fericit.

O femeie pieton a fost ucisă şi o alta a fost grav rănită în urma unui accident rutier care a avut loc în vestul Japoniei, tragedie în care a fost implicat un bărbat care juca Pokemon Go, în timp ce conducea maşina, potrivit agenţiilor de presă nipone. Este primul accident din Japonia soldat

cu victime, pus fără dubiu în legătură cu faimosul joc de pe dispozitivele mobile, de la lansarea lui în urmă cu peste o lună în această ţară, a anunţat poliţia japoneză.

Bărbatul în vârstă de 39 de ani, fermier, a fost arestat după ce vehiculul său le-a lovit pe cele două femei pe un drum din oraşul Tokushima, din sud-vestul insulei Shikoku, relatează autorităţile locale. El le-a declarat anchetatorilor că „ juca Pokemon Go game" în timp ce conducea autoturismul. Pokemon Go presupune ca jucătorii să caute monştri virtuali (pokemoni) în locaţii reale de pe o hartă. Agenţia Naţională de Poliţie a raportat că 79 de accidente de bicicletă şi de maşină s-au produs la sfârşitul lunii iulie în Japonia, având legătură cu acest joc. *(A.N.P.)*

Energie şi voinţă

Se ştie că multe femei după naştere îşi modifică silueta adăugând multe kilograme în plus şi mnulţi centimetri în talie. Unele fac o puternică depresie, altele se resemnează şi altele pornesc o luptă crâncenă cu kilogramele.

O asemenea mămică, plină de energie, este Shanna Kangas din New York. Tânăra, în vârstă de 22 de ani, dăduse naştere lui Gunnar, un băieţel adorabil, dar rămăsese cu o greutate de 70 de kilograme, ceea ce, la înalţimea ei de 1,52 metri, reprezenta „obezitate moderată".

Cum nu-i plăcea ceea ce vedea când se uita în oglindă, Shanna a hotărât să ia măsuri serioase. S-a supus nu doar unui regim alimentar indicat de medici, ci şi unui întreg program de exerciţii gimnastice.

Cel mai mult o încânta faptul că în lungile plimbări şi în alergările pe covorul rulant îşi putea ţine fiul aproape, ceea ce a creat o relaţie foarte strânsă între cei doi.

Eforturile depuse au dat roade. În 11 luni a pierdut 23 de kilograme şi a căpătat slujba dorită şi anume aceea de manechin. *(I.S.)*

Cinefili, vi se pregăteşte ceva!

Este sfârşit de lună, deci a venit vremea să vă prezentăm cele mai interesante noutăţi din domeniul cinematografiei. Ce filme se pun la cale, pe ce scenarii mai au ochii regizorii, cu ce ne vor mai răsfăţa mogulii de la Hollywood şi ce roluri vor juca superstarurile celei de-a şaptea arte, aflaţi numai de la noi!

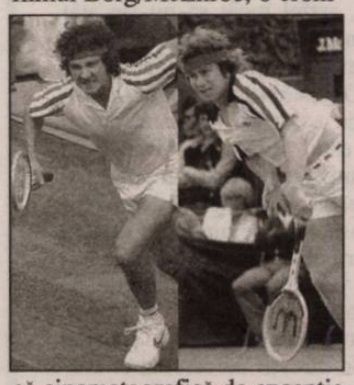
Matthew McConaughey şi goana după aur

Încă de la clasicul „Comoara din Sierra Madre", poveştile despre căutători de aur au captat imaginaţia scenariştilor hollywoodieni. Cea mai recentă producţie de acest gen îl are la pupitrul regizoral pe Stepehn Gaghan şi se intitulează, cât se poate, de elocvent, Gold. Personajul principal este Kenny Wells, un prospector ocolit de noroc, care acceptă să facă echipă cu un geolog (Edgar Ramirez) şi să pornească în căutarea unei legendare mine de aur în jungla indoneziană.

Mai ceva ca-n basme, el descoperă comoara, devine bogat, dar află cu amărăciune, pe propria-i piele, adevărul zicalei „Banii nu aduc fericirea" când aurul mult visat devine, din binecuvântare, blestem. McConaughey face un rol de zile mari, comparat de critici cu cel jucat în „Lupul de pe Wall Street". Filmul va avea premiera în cinematografe chiar în ziua de Crăciun a acestui an.

Shia LaBeouf, în pielea unui campion

De-a lungul unei cariere sinuoase, tânărul şi talentatul actor american Shia LaBeouf a avut prilejul de a da viaţă multor personaje. Probabil însă că niciun rol nu a fost atât de solicitant precum cel al controversatului tenismen John McEnroe, pe care Shia îl va interpreta în filmul Borg/McEnroe, o cronică cinematografică de excepţie a rivalităţii dintre cei doi titani ai tenisului mondial. Ironizându-l, criticii spun că nu va fi totuşi prea greu pentru LaBeouf să intre în pielea unui personaj narcisist şi cu un temperament exploziv – din simplul motiv că, în viaţa de toate zilele, un astfel de comportament îl are şi actorul american.



Mai mult decât atât, există, între cei doi, o asemănare fizică de-a dreptul izbitoare, care îi va face pe spectatori să aştepte cu şi mai mare nerăbdare premiera filmului, programată pentru începutul anului viitor. În rolul „muntelui de gheaţă", cum era supranumit calmul şi impasibilul Borg, va juca Sverrir Gudnason, iar regizor va fi Janus Metz Pederson, care a mai realizat deja, în anii 90, un celebru documentar, intitulat „Foc şi Gheaţă", pe tema duelului dintre cei doi mari campioni.

Primă Doamnă, un rol perfect pentru Natalie Portman

Cunoscută drept actriţa cu cel mai mare IQ de la Hollywood şi pe cât de inteligentă, pe atât de frumoasă, Natalie Portman era alegerea evidentă pentru un film despre zbuciumata doamnă Jacqueline Kennedy, fosta soţie a regretatului preşedinte american J.F. Kennedy. Dar, dincolo de a fi o biografie romanţată a celei mai iubite Prime Doamne, filmul „Jackie", regizat de Pablo Larrain e o fascinantă şi nostalgică întoarcere în trecut. Naturaleţea şi delicateţea aristocratică a lui Portman conferă rolului un farmec deosebit, iar actriţa ştie să redea cu fidelitate acel aer de mister care a făcut ca Jacqueline Kennedy să fie numită „cea mai necunoscută dintre femeile cunoscute ale secolului XX". Filmul, care se anunţă deja ca un candidat la Oscar, va avea premiera mondială pe 9 decembrie.

Urmarea de la „Blade Runner"

Studiourile Warner Bros şi Alcon Entertainment au anunţat că urmarea faimosului science-fiction „Blade Runner", realizat de Ridley Scott în ani 80, va fi intitulat „Blade Runner 2049". De astă dată, regizorul este Denis Villeneuve, aureolat de succesul cu „Arrival", dar protagonistul filmului este acelaşi etern Harrison Ford, care, în ciuda vârstei, nu renunţă la peliculele de acţiune, după cum ne-a convins deja în seriile „Indiana Jones" şi „Star Wars".

Deocamdată, realizatorii păstrează un secret absolut în privinţa acţiunii, ceea ce îi face pe fani să aştepte cu înfrigurare anul viitor, când filmul va fi lansat, pentru a afla dacă povestea din primul „Blade Runner" continuă în 2049 sau cifra din titlu face trimitere la altceva...

PORTRET

Viorica Macovei

Numele Vioricăi Macovei este cunoscut tuturor iubitorilor de muzică populară şi de folclor autentic, frumoasa interpretă reuşind în cei aproape 17 ani de carieră să pătrundă definitiv în inimile a mii de fani. S-a născut la Gura Humorului, pe 26 martie 1985, stabilindu-se după căsătorie la Piatra Neamţ. Este cea de-a treia fiică a familiei Macovei. I-a plăcut de mică să cânte, încă de la vârsta de 10 ani manifestându-se ca artist pe scenă. Se vedea cântând operă sau muzică pop, însă mama ei i-a sugerat să cânte muzică bucovineană, oferindu-se să o pregătească. Având un talent înnăscut deosebit, un profesor celebru şi sprijinul familiei, era doar o chestiune de timp până ce tânăra bucovineancă să se facă remarcată.

Prestaţiile sale artistice extraordinare în cadrul a numeroase festivaluri naţionale şi internaţionale i-au adus premii şi trofee, dar mai ales aprecierea publicului şi a specialiştilor în domeniu. Eugenia Florea, Elise Stan, regretata Marioara Murărescu, nume sonore ale folclorului românesc, au văzut în tânăra şi frumoasa interpretă o adevărată comoară pentru muzica de gen şi au sprijinit-o permanent.

La vârsta de 16 ani, a debutat ca artist la televiziune, în cadrul emisiunii „O vedetă populară", realizată de Elise Stan. Au urmat apoi nenumărate apariţii tv şi emisiuni radio, iar până în prezent a fost gazdă şi prezentator TV pentru mai multe emisiuni, dar şi pentru evenimente precum „Cerbul de Aur", Festivalul Mamaia sau Festivalul Callatis. A cântat pe marile scene ale ţării – Sala Palatului Bucureşti, Sala Polivalentă, Sala Radio – şi ale festivalurilor de gen – Cerbul de Aur, Mamaia, Callatis, „Maria Tănase" – Craiova, „Strugurele de Aur" – Jidvei. De la debut şi până în prezent, interpreta şi-a lansat 4 albume ce cuprind peste 60 de melodii, sub bagheta celor mai renumiţi dirijori din ţară şi din Republica Moldova.

Muzica nu este însă singura preocupare a tinerei interprete. Absolventă a Facultăţii de Geografie, Viorica, a făcut cursuri de diplomaţie în cadrul Institutului Diplomatic român, cochetează cu moda şi nu uită niciodată să fie un sprijin pentru cei cu care viaţa nu a fost prea darnică, punând bazele unei asociaţii caritabile.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

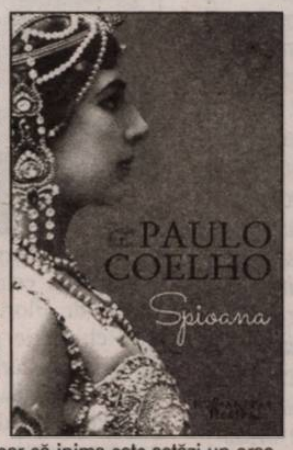
Colţul cu litere

Mata Hari, arma ei a fost seducţia

Recent în colecţia Serie de autor de la Humanitas Fiction a apărut romanul lui Paulo Coelho, *Spioana* (Traducere din portugheză de Simina Popa). E un roman inspirat din fapte reale, cum spune autorul, iar personajul principal este Mata Hari, acea femeie pe care spionajul modern şi-a luat-o drept model ulterior. Soarta a făcut ca pe 15 octombrie 1917 ea să fie executată la comandamentul Vincennes, de lângă Paris, un vechi fort distrus de nemţi în 1870. La întrebarea cine a fost Mata Hari, s-ar putea spune aşa: „A fost o femeie liberă. O dansatoare care a şocat şi a fermecat publicul. O curtezană care a sfidat rigorile vremii. O spioană – poate cea mai faimoasă – care i-a subjugat pe puternicii zilei. Înalta societate a adulat-o şi a detestat-o, ziarele au elogiat-o şi au condamnat-o. Sub numele de Mata Hari a devenit un mit, iar arma ei a fost seducţia.

La începutul efervescentei Belle Époque, pe scenele de la Scala şi Olympia, Mata Hari aprinde imaginaţia contemporanilor săi. Are bărbaţii la picioare şi forţa de a-i manevra după plac: artişti, aristocraţi, diplomaţi şi oameni de stat sunt tot atâtea marionete în jocul ei periculos". Interesant este că după sutele de cărţi scrise despre acest interesant şi fascinant personaj real, azi, la aproape un secol de la moartea ei, Paulo Coelho recompune, pornind de la documente de arhivă nepublicate, portretul captivant al uneia dintre cele mai enigmatice, curajoase şi independente femei din istorie.

De la copilăria într-un orăşel olandez, la viaţa traumatizantă alături de un ofiţer alcoolic în Java şi până la anii de glorie în capitala Franţei, *Spioana* e un puzzle fascinant şi o lecţie admirabilă despre echilibrul fragil dintre nonconformism şi luciditate. Iată şi un scurt fragment din *Spioana:* „Ajunsă aici, mă gândesc la viaţa mea şi îmi dau seama că memoria este un râu care curge întotdeauna înapoi. Amintirile sunt foarte capricioase, imagini ale unor lucruri pe care le-am trăit şi care ne pot încă sufoca doar cu un mic detaliu, un zgomot cât de neînsemnat... Ştiu doar că inima este astăzi un oraş-fantomă, locuit de pasiuni, entuziasm, singurătate, ruşine, orgoliu, trădare, tristeţe".



Cât despre Paulo Coelho, el s-a născut la Rio de Janeiro în 1947 şi ste unul dintre cei mai de succes romancieri ai lumii, cărţile sale fiind traduse în 80 de limbi şi editate în peste 200 de ţări atingând, până în prezent, vânzări de peste 150 de milioane de exemplare în întreaga lume, iar în România, de peste un milion de exemplare. Înainte să devină un adevărat fenomen literar, a fost un hippie rebel, apoi autor dramatic, director de teatru, jurnalist, poet. În 1986 face pelerinajul la Santiago de Compostela, eveniment care i-a marcat viaţa şi cariera. În 2009, a intrat în Guinness Book drept autorul celei mai traduse cărţi (romanul Alchimistul). Este membru al Academiei Braziliene de Litere din 2002. Printre cele mai cunoscute (şi la noi), amintim romanele *Alchimistul* (1988), *Manualul războinicului luminii* (1997), *Veronika se hotărăşte să moară* (1998), *Diavolul şi domnişoara Prym* (2000), *Învingătorul este întotdeauna singur* (2008), *Adulter* (2014) şi *Spioana*, apărut în 2016.

GEORGE CUŞNARENCU

Revoluţie în transplanturile din România

Se ştie bine că, atunci când un organ vital al corpului nostru încetează definitiv să mai fie funcţional, poate exista din fericire soluţia transplantului, iar cele mai cunoscute asemenea intervenţii sunt pe ficat, rinichi, dar şi privitor la inimă, cornee ş.a.

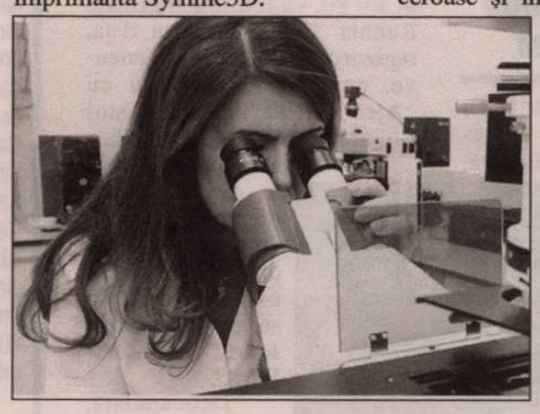
Riscurile sunt mari, dar poate cea mai acută problemă o pune găsirea unui organ sănătos, compatibil cu organismul pacientului, ceea ce duce la un timp de aşteptare nedefinit şi incert ca finalitate. Tehnologiile foarte moderne au găsit însă o rezolvare demnă de filmele science-fiction, deja utilizată în unele ţări: „construirea" organului solicitat cu ajutorul bioimprimantei 3D.

Ficţiunea devine realitate

Bolnavii cu nevoia unui transplant de ficat sau de rinichi au primit, vestea incredibil de bună că şi la noi va putea fi realizată o asemenea intervenţie, datorită primei bioimprimante 3D din România şi prima de acest fel din Europa de Est, realizată de specialiştii de la Symme3D din Timişoara care funcţionează în cadrul OncoGen – Centrul de Terapii Genetice şi Celulare în Tratarea Cancerului.

„Lucrăm deja cu imprimanta, am făcut primele probe de cartilagii împreună cu colegii de la OncoGen. Noi încercăm să folosim, pe lângă celule stem, care pot fi recoltate doar la naştere, şi celule epiteliale, pentru că sunt celulele cel mai uşor de reprogramat. În stadiul în care suntem acum, cu această imprimantă putem să printăm ţesuturi cartilaginoase mari, precum cartilagii, urechi, nasuri, pentru că nu avem vascularizare complexă în acestea.

Pe viitor, ne dorim, odată ce creşte performanţa utilajelor noastre, să trecem la vase mari de sânge şi apoi la vase din ce în ce mai mici. Când avem aceste vase rezolvate, vom putea trece la ţesuturi umane complexe, cum ar fi pielea, care e puternic vascularizată. Pe viitor vom ajunge şi la organe mari, cum ar fi ficatul sau muşchii, oasele. Ajungem şi la alte organe cum ar fi rinichii. Pe lângă faptul că încercăm să facem aceste organe din celule epiteliale prelevate de la pacientul bolnav, riscul de a refuza organul de către corp este zero, practic. Pentru că vorbim de celule din acelaşi ADN, acelaşi corp, acelaşi pacient.", a explicat pentru Mediafax Călin Brandabur, antreprenorul din Timişoara care a realizat împreună cu mai mulţi colegi bioimprimanta Symme3D.



Tehnologii pentru terapii vitale

La centrul OncoGen sunt realizate şi cercetări privind terapia personalizată în cazul bolnavilor care suferă de cancer, în colaborare cu specialiştii de la Symme3D, care au realizat bioimprimanta unică în România.

„Dacă avem un pacient care suferă de o boală de cancer, în loc să experimentăm, să îi oferim toate chimicalele care există, putem să prelevăm celule canceroase şi împreună cu celule sănătoase să le dezvoltăm într-un mediu 3D, să le tratăm şi să eliminăm tot ce este foarte nociv şi nefuncţional în timpul chimioterapiei, astfel încât pacientul să primească doar doza de medicament care este funcţională pentru el. Observând care din terapii funcţionează, vom putea face scheme de medicamente personalizate, astfel încât să nu fie atât de nocivă chimioterapia.", a menţionat Călin Brandabur.

OncoGen este singurul centru de acest tip din ţară, dar şi din estul Europei. Aici se va promova cercetarea cu potenţial aplicabil în domeniul terapiilor avansate cu celule stem umane pentru obţinerea de produse bazate pe tehnologii moderne de biologie moleculară. În cadrul centrului se va merge pe mai multe direcţii de cercetare: biologia celulelor tumorale, medicina regenerativă, studiul celulelor stem adulte, sănătatea şi factorii de mediu şi imunoterapiile.

În cadrul centrului va funcţiona şi o mini-fabrică de medicamente. Instituţia este dotată cu săli de conferinţe şi pentru documentare, dar şi cu laboratoare în care se vor face cercetări fundamentale, experimente sau diagnostic avansat în cancer pentru realizarea terapiilor personalizate.

PE SCURT
despre sănătatea dumneavoastră

O boală „femeiască" nu doar foarte chinuitoare, ci şi foarte periculoasă, ce apare în zona intimă, care se ştie că e deosebit de sensibilă: anexita numită mai popular răceală la ovare, o inflamaţie a ovarelor şi a trompelor uterine. Deşi multe femei cred că maladia este cauzată de frig, în realitate bacteriile sunt cele vinovate de declanşarea ei.

Tocmai din cauza acestei concepţii greşite femeile amână consultul de specialitate, ceea ce face ca afecţiunea să se agraveze. Aceasta apare mai ales la femeile tinere care acuză dureri în zona abdomenului inferior, leucoree abundentă, purulenţă şi uneori febră. Boala este cauzată în majoritatea cazurilor de o infecţie cu transmitere sexuală (gonoree, chlamydiază, eventual infecţii cu *Mycoplasma* şi *Ureaplasma urealyticum*, foarte rar virusuri).

Simptomele răcelii la ovare sunt date de efectele acţiunii acestor bacterii asupra organelor afectate. Local (ovare, trompe uterine) apare inflamaţia, adică umflarea acestor ţesuturi. Durerea, simptomul întâlnit cel mai frecvent, este deseori doar

Nu frigul generează anexita

unilaterală şi se accentuează la efort, la întinderi, la contact sexual.

Alte cauze sunt naşterea, avortul şi intervenţiile invazive în sfera genitală sau abdominală, când bacteriile pot migra din vagin sau colon spre trompe şi ovare. Tratamentul răcelii la ovare se face cu antibiotice, cu medicamente cu spectru larg, timp de mai multe zile, uneori chiar săptămâni; apoi, se recomandă un al doilea set de analize la sfârşitul curei pentru a urmări vindecarea. Ideal este să se facă o antibiogramă, în scopul de a se depista exact bacteria, iar tratamentul să fie ţintit. De asemenea, este obligatorie şi tratarea partenerului, în caz contrar, veţi pasa infecţia de la unul la altul, cu recidive.

Sânge cu plusuri şi minusuri

Domeniul vital, din cadrul foarte larg al sănătăţii, reprezentat de cel al hematologiei (cu o concentrare specială pe atât de necesarele transfuzii de sânge) înregistrează numeroase aspecte de care populaţia, în general, nu este conştientă. Se cunoaşte, de pildă, faptul că persoanele care au grupa de sânge 0 sunt unice, în sensul că pot oferi sânge oricărui primitor din celelalte grupe, însă pot primi sânge numai de la un donator cu aceeaşi grupă de sânge. Mai puţin se ştie însă că aceste persoane au înclinaţii mai mari către infecţii, dar au atribute care le fac extraordinare. Abilitatea de a conduce, profesionalismul, vitalitatea şi capacitatea de a rămâne, cum se spune, cu picioarele pe pământ sunt de regulă caracteristici ale persoanelor cu grupa de sânge 0.

În acelaşi timp, aceleaşi persoane sunt predispuse să facă anumite boli, precum ulcer, probleme cu tiroida sau insuficienţa de iod. Acestea duc la o greutate corporală mărită şi la retenţie de apă. În Japonia, această grupă de sânge a fost relaţionată cu un anumit tip de identitate. Persoanele care o au sunt considerate foarte capabile, devotate, atente şi inteligente. Când sunt anxioase, devin furioase, hiperactive şi indiscrete. Dezvoltă în schimb rezistenţă la insulină. Totodată, au un stomac delicat şi probleme cu tiroida. Persoanele cu grupa de sânge 0 nu ar trebui să bea cafea şi nici lichior; cafeina creşte nivelul de adrenalină care este oricum ridicat în cazul indivizilor cu această grupă de sânge. Li se recomandă să facă sport de 3-4 ori pe săptămână.

Roboţii operează şi la Bucureşti

Intervenţiile cu sistemul chirurgical robotic Da Vinci au fost realizate în premieră, de curând, la Spitalul Universitar de Urgenţă Militar Central „Dr. Carol Davila" în cazul a doi pacienţi în vârstă de aproximativ 50 de ani. Procedura chirurgicală, coordonată de prof. dr. Konstantinos Konstantinidis – pionierul chirurgiei robotice în Grecia şi preşedintele Societăţii Sud-Est Europene de Chirurgie Robotică –, a fost realizată de o echipă formată din colonel medic dr. Florin Săvulescu, medic primar chirurgie generală, căpitan medic dr. Cristian Cârlan, medic specialist chirurgie generală, lt. col. medic dr. Cosmin Perju, medic primar ATI, au precizat reprezentanţii Spitalului Militar din Capitală într-un comunicat remis presei.

Potrivit acestora, tehnica operatorie robotică asigură, prin crearea, printr-o mini-incizie ombilicală, a unui port unic de acces în cavitatea abdominală, posibilitatea utilizării unui set de 3 sau 4 tipuri de instrumente specifice laparoscopice, curbate. Prin acest port, inserat la nivelul peretelui abdominal, are loc întreaga intervenţie chirurgicală, inclusiv eliminarea ţesutului sau a organului rezecat.

Utilizarea sistemului chirurgical robotic Da Vinci în cadrul intervenţiilor minim invazive de tip LESS reduce timpul de spitalizare, minimizează pierderile de sânge şi, implicit, necesarul de transfuzii, diminuează durerea postoperatorie şi disconfortul creat de intervenţia chirurgicală, scade riscul de infecţie postoperator, asigură o rată de recuperare postoperatorie net superioară celei în urma intervenţiilor clasice şi realizează reinserţia socială mult mai rapidă şi, nu în ultimul rând, creşte gradul de satisfacţie al pacientului. Acest tip de procedură chirurgicală poate fi aplicat în toată sfera patologiilor abdominale, cum ar fi: colecistectomii, hernii şi eventraţii, apendicite, tumori chistice ovariene, fibromatoză uterină, precum şi alte afecţiuni benigne sau maligne, în cazurile medicale anterior menţionate.

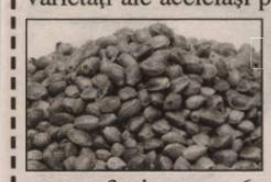
Seminţe... de sănătate

Mici şi cumva „nesuferite" prin faptul că mâncătorii lor în mod regulat tot în mod regulat le scuipă pe oriunde trec, seminţele sunt totuşi un adevărat tezaur de sănătate, datorită conţinutului de substanţe nutritive: proteine, fibre, fier, vitamine, acizi graşi esenţial şi altele.

◆ ***Seminţele de floarea-soarelui*** sunt sursă excelentă de vitamina B, inclusiv de folat – care ajută sistemul imunitar – şi de vitamina E, care are un puternic rol antioxidant, protejând celulele de efectul nociv al radicalilor liberi în exces. De asemenea, sunt bogate în proteine şi acizi graşi foarte folositori inimii. Se recomandă consumul ca atare (nu prăjite!) sau adăugate în salatele de crudităţi, cărora le vor da şi un gust savuros.

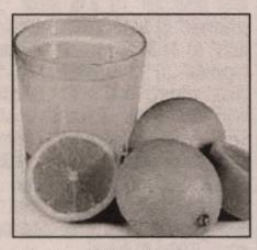
◆ ***Seminţele de dovleac*** constituie sursă de vitamina B, fier, magneziu, zinc şi proteine. Acestea din urmă prezintă concentraţii mari de triptofan, care ajută la reducerea stărilor de anxietate. Acizii graşi esenţiali din seminţele de dovleac ajută la scăderea nivelului colesterolului „rău" şi contribuie la sănătatea sistemului vascular. Şi ele se pot consuma ca atare, crude sau ca ingrediente ale pâinii de casă (există şi în comerţ astfel de produse de panificaţie).

◆ ***Seminţele de cânepă*** nu au efectul distrugător al canabisului care se obţine din frunzele unei varietăţi ale aceleiaşi plante, ci, dimpotrivă, furnizează în cantităţi mari proteine, precum şi fibre. De asemenea, influenţează favorabil sănătatea părului şi pe cea a pielii, datorită conţinutului de acizi graşi omega-3 şi omega-6, iar fitosterolul din componenţa sa ne poate ajuta să scăpăm de excesul de colesterol. Se foloseşte uleiul obţinut din seminţe de cânepă adăugat în salate de crudităţi.



Ce să faci, dacă...

...ai dureri de mijloc. Se pisează foarte-foarte mărunt o bucăţică de olan (aşa-numita ţiglă turcească, veche) şi se cerne printr-o sită. Pulberea obţinută se omogenizează cu trei albuşuri de ou bine bătute anterior şi cu o cană de ceai plină cu rachiu de struguri. Preparatul se toarnă (nu tot, dintr-odată!) pe o pânză curată de in şi se înfăşoară cu aceasta mijlocul bolnav; se ţine aşa pe toată durata nopţii, la căldură.



...ai icter. Se amestecă sucul de la o lămâie cu o linguriţă de bicarbonat alimentar şi se bea acest preparat pe stomacul gol, timp de trei dimineţi la rând.

...ai dureri de picioare. Se fierbe într-un vas de circa 5 litri o mână zdravănă (cât doi pumni făcuţi căuş) de trifoi pestriţ cu patru foi (*Trifolium repens*), iar după ce apa s-a răcit se strecoară şi se adaugă o lingură de gaz de lampă. În amestecul rezultat se fac băi la picioare timp de trei-patru seri la rând.

...vrei să-ţi protejezi cât mai bine sistemul imunitar. După reţeta precedentă, se fierbe într-un vas cimbru de grădină, iar apa astfel obţinută se va turna pe tot corpul, o dată pe lună, astfel încât să poată avea contact cu întreaga suprafaţă a pielii, care va absorbi în acest mod elementele aducătoare de sănătate eliberate de plantă.

...te doare pieptul. Se prepară o cocă normală pentru pâine, din făină de grâu, apă şi drojdie de casă, compoziţie în care se adaugă 100 ml de oţet obişnuit, 100 ml de ulei şi 100 ml de vin curat. Acest preparat, care va avea consistenţa unei paste, se va aplica sub formă de cataplasmă pe locul dureros.

...te doare spatele. Se unge zona dureroasă cu miere de albine şi se masează energic şi cu multă răbdare, până ce mierea se resoarbe în piele. Se repetă operaţiunea în fiecare zi, până la dispariţia durerilor.

...ai pielea feţei iritată. Se aplică pe zonele afectate muşchi de piatră *(Centraria islandica).*

...te-a înţepat o insectă. Se freacă locul afectat cu frunze de soc negru *(Sambuccus nigra).*

...ai eczeme la mâini, din cauza folosirii unor detergenţi. În fiecare zi, timp de 10-15 minute, se ţin mâinile afectate în apă rece în care s-a dizolvat în prealabil o linguriţă cu bicarbonat de sodiu. Nu se şterg mâinile, ci se lasă să se usuce natural, după care vor fi ţinute timp de 10 minute în ulei de măsline călduţ.

Şi ficatul se hrăneşte cu grăsimi

Aproape întotdeauna când în urma analizelor clinice se constată că un pacient are probleme cu ficatul, una dintre cele mai importante recomandări legate de hrănire se referă la evitarea consumului de grăsimi. În fond, chestiunea nu e chiar atât de subtilă, doar că trebuie făcută o precizare esenţială: interdicţia se referă la grăsimile animale, în general, dar şi la unele de origine vegetală, care ar pune ficatul serios la o treabă pe care nu se ştie dacă mai poate fi în stare să o ducă la bun sfârşit.

Trebuie precizat că ficatul este responsabil pentru producerea bilei, care are un rol important în digerarea lipidelor, astfel că, pentru a nu ne confrunta cu bolile cauzate de grăsimea în exces, curăţarea sa de toxine este extrem de importantă. Pentru menţinerea acestui organ vital sănătos, se recomandă prin urmare să nu consumăm grăsimi animale în exces şi să mâncăm ulei vegetal cu moderaţie. Cu toate acestea există şi grăsimi sănătoase, care ajută la buna funcţionare a ficatului. Ele provin preponderent din seminţe şi fructe, mai exact din migdale, nucă de cocos, nuci, chia, seminţe de dovleac, sau seminţe de floarea-soarelui, măsline şi avocado.

Remedii naturale

Morcovul de la prima oră

Să nu vă gândiţi că încercăm să facem glume nesărate pe seama stării de sănătate, folosind anumite „referinţe stilistice".

Ne referim aici exact la binecunoscuta şi foarte apreciata legumă şi la beneficiile introducerii ei în alimentaţia matinală, chiar înainte de orice altă mâncare. Mai exact, este vorba despre sucul de morcov, de altfel recomandat şi consumat pe scară largă încă de la vârste mici, datorită calităţilor sale miraculoase pentru sănătate. Mai mult, dacă îl combinăm cu alte sucuri obţinute din legume ori fructe, efectul poate fi absolut spectaculos. Aşadar, această băutură cu care ar fi foarte bine să ne începem fiecare dimineaţă curăţă colonul, scade tensiunea arterială, reduce colesterolul şi trigliceridele.

Iată, de fapt, o listă extinsă a beneficiilor pe care le aduce această băutură: ● curăţarea colonului ● îmbunătăţirea digestiei ● echilibrarea sistemului limfatic ● reducerea colesterolului şi a trigliceridelor ● scăderea tensiunii arteriale ● alcalinizarea organismului ● scăderea în greutate ● curăţarea de toxine a ficatului şi a altor organe ● întărirea sistemului imunitar.

Pentru preparare aveţi nevoie de: ● 350 ml de apă călduţă ● sucul de la o jumătate de lămâie ● 2 linguri de oţet de cidru de mere ● un vârf de cuţit de piper cayenne (se găseşte de obicei în supermarketuri) ● o linguriţă de miere de albine (este opţional, pentru a îndulci amestecul). Acest preparat trebuie să fie consumat dimineaţa, după trezire, pe stomacul gol. După o jumătate de oră se poate lua micul dejun, iar durata curei este, practic, nelimitată. De asemenea, aşa cum spuneam, sucul de morcov poate fi combinat cu diverse alte sucuri exclusiv naturale, cum ar fi cele obţinute din mere, sfeclă roşie, ţelină, tomate etc.

Un paradox medical: efort + emoţii = infarct

Toată lumea şi în primul rând medicii şi terapeuţii ne recomandă ca de la cea mai mică vârstă să facem cât mai multă mişcare.

Totuşi, aşa cum trebuie pusă problema nu doar în orice afecţiune, ci şi în cazul particular al fiecărei persoane, ar trebui estimată totodată intensitatea efortului fizic, dar luate în calcul şi alte elemente ale existenţei cotidiene, cum ar fi emoţiile, şi ele evaluate pe grade de intensitate. Motivul poate părea ciudat, dar el a fost confirmat prin cercetări de specialitate: combinaţia dintre efortul puternic şi emoţiile intense poate duce la nefastul infarct!

Potrivit unui studiu realizat de oameni de ştiinţă irlandezi, s-a descoperit că persoanele care fac sport atunci când sunt supărate sau nervoase prezintă un risc de trei ori mai mare de a suferi un atac de inimă în următoarea oră. Cu toate că exerciţiile fizice prezintă numeroase beneficii, inclusiv pentru prevenirea afecţiunilor cardiace, oamenii de ştiinţă susţin că o persoană care este nervoasă sau supărată şi care vrea să facă sport să se străduiască să nu îşi depăşească rutina şi să nu efectueze exerciţii la niveluri extreme. În cadrul cercetării s-au utilizat date prelevate de la 12.500 de pacienţi din 52 de ţări care trecuseră printr-un infarct. Cu toţii erau participanţi în cadrul studiului Interheart, care investighează factorii de risc pentru atacuri de cord. Pe parcursul acestui studiu participanţii au răspuns la întrebări despre activităţile pe care le întreprindeau în ora de dinainte de infarct, inclusiv dacă se supuseră unor exerciţii fizice sau dacă fuseseră nervoase sau supărate. De asemenea, oamenii de ştiinţă le-au cerut pacienţilor să declare dacă făcuseră aceleaşi exerciţii sau se confruntaseră cu aceleaşi stări emoţionale cu o zi înainte de atacul de cord.

Experţii au notat că atât epuizarea fizică, cât şi anumite emoţii pot afecta organismul într-o asemenea măsură încât să crească riscul de infarct. Ambele pot mări tensiunea şi pulsul, schimbând modul de curgere a sângelui şi reducând irigarea inimii, se menţionează în concluziile studiului. Acesta a adăugat că riscul este mai mare în cazul persoanelor care au deja vasele de sânge îngustate din cauza depunerilor de plăci de aterom. Concluzia e simplu de dedus şi este una singură: mişcarea ne aduce sănătate, supărarea ne-o deteriorează, dar amestecul lor poate fi devastator în scurt timp.

Pagini realizate de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

LUNI – 31 octombrie

TVR 1
7.00 Telejurnal matinal 9.00 Ştirile de mâine (r) 10.00 Teleshopping 10.40 Doc.: „Carpaţii, Plămânul Europei" 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Ultima ediţie (r)13.30 Superconsumatorul 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.00 Telejurnal 17.30 Întrebări şi răspunderi 18.35 Perfect imperfect 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 Ştirile de mâine 23.00 Ora de ştiri 0.00-5.28 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile ProTv 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Film: „Hansel şi Gretel: Vânătorii de vrăjitoare" (coprod., 2013). Cu: Jeremy Renner, Gemma Arterton 22.00 Supravieţuitorul 0.00 Ştiri-rile ProTv 0.30 Serial: „Homeland: Reţeaua terorii" 1.30 Serial: „Zboară cu noi!" 3.00-5.00 Reluări.

antena 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Chefi la cuţite 23.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Chefi la cuţite (r) 3.15 Acces direct (r).

PRIMA TV
6.45 Teleshopping 7.15 Cu lumea-n cap 7.45 Focus 18 (r) 10.00 La TV (r) 11.30 Nunţi de poveste 13.30 Teleshopping 14.00 Focus 14 14.30 Teleshopping 15.00 Cireaşa de pe tort 16.00 Camera de râs Pop Kids 16.30 Focus 17.00 Mondenii 18.00 Focus 19.30 Mama mea găteşte mai bine 20.30 Apel de urgenţă 21.30 Dosarele DNA 22.30 Trăsniţii 23.15 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 0.30-6.00 Reluări.

acasă
5.30 Vorbeşte lumea (r) 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Regina inimilor" (r) 11.30 Serial: „Prieten sau iubit" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii". Cu: Claudia Ramirez 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Intrigi în Paradis" 19.00 Serial: „Vieţi schimbate" 20.00 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-4.30 Reluări.

TVR 2
7.00 Teleshopping 8.10 Dimineaţa de sport 9.30 Serial: „Aripi de mătase" (r) 10.10 Femei de 10, bărbaţi de 10 11.45 Documentar 360º – GEO 12.30 Teleshopping 13.00 Telejurnal 13.45 Auzul e un dar 14.00 Cultura minorităţilor 14.30 Minorităţi sub trei dictaturi 15.00 Duelul pianelor (r) 16.00 Magazin 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR60 19.00 Telejurnal 20.00 TVR 60 21.10 Teatru TV: „Livada de vişini" de Anton Pavlovici Cehov 23.40 Filmul de artă: „Trei Culori: Roşu" (Franţa, 1994) 1.30-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 La Măruţă (r) 8.15 Film: „Vis înaripat" (r) 10.45 Serial: „La bloc" (r) 13.00 Film: „Buffy, vânătoarea de vampiri" (r) 14.45 Film: „Un cătel în cupele europene" (r) 16.30 Serial: „La bloc" 18.45 Film: „Model de la Paris" (SUA, 1953). Cu: Marilyn Maxwell 20.30 Film: „Saga amurg: zori de zi" (SUA, 2011, partea I). Cu: Taylor Lautner 22.45 Film: „Monstrul din Lake Placid" (SUA, 2010) 0.30 Film: „Charlie Talisman" (coprod., 2007) 2.45 Cine A.M.

MARŢI – 1 noiembrie

TVR 1
7.00 Telejurnal matinal 9.00 Ştirile de mâine (r) 10.00 G Teleshopping 10.40 România 9 (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Dincolo de viitor (r) 13.30 Superconsumatorul 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.00 Telejurnal 17.30 Tenis de masă: România – Cehia 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 Ştirile de mâine 23.00 Ora de ştiri 00.00-1.30 Reluări 2.00 Revizie tehnică.

PRO TV
6.00 Ştirile ProTv 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile ProTv 20.00 Film: „Cursă fără frâne" (SUA, 2012). Cu: Joseph Gordon-Levitt 21.45 Fotbal: Manchester City – Barcelona 23.45 Ştirile ProTv 0.15 Serial: „Homeland: Reţeaua terorii" 1.45 Serial: „Breaking Bad: Pe căi greşite" (ep.1,2) 3.00 Serial: „Poveşti de groază americane" (ep. 1,2) 5.00 Ce spun românii (r).

antena 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Chefi la cuţite 23.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Chefi la cuţite (r) 3.15 Acces direct (r).

PRIMA TV
6.45 Teleshopping 7.15 Trăsniţii (r) 7.45 Focus 18 (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mondenii 11.30 Apel de urgenţă (r) 12.30 Focus Magazin (r) 14.00 Focus 14 14.30 Teleshopping 15.00 Cireaşa de pe tort 16.00 Mondenii 16.30 Focus 17.00 Trăsniţii (r) 18.00 Focus 19.30 Mama mea găteşte mai bine 20.30 Film: „Drumul fără întoarcere" (SUA, 2009) 22.30 Trăsniţii 23.15 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 0.30-6.00 Reluări.

acasă
5.30 Vorbeşte lumea (r) 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Vieţi schimbate" (r) 10.15 Serial: „Intrigi în Paradis" (r) 11.30 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Intrigi în Paradis" 19.00 Serial: „Vieţi schimbate" 20.00 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-4.30 Reluări.

TVR 2
8.10 Dimineaţa de sport 9.30 Serial (r) 10.10 Femei de 10, bărbaţi de 10 11.45 Documentar 360º – GEO 12.30 Teleshopping 13.00 Telejurnal 14.00 Cultura minorităţilor 14.30 Minorităţi sub trei dictaturi 15.00 TVR 60 (r)16.00 Magazin 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR 60 19.00 Telejurnal 20.00 TVR 60 21.10 Destine ca-n filme 22.00 Poveste după poveste 23.10 Film: „Caravana cinematografică" (România, 2009) 1.10-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 Serial: „Şoricelul familiei" (ep.1,2) 7.15 Film: „Model de la Paris" (SUA, 1953r) 9.00 Ce spun românii (r) 10.15 Serial: „La bloc" (r) 12.30 Film: „În ritm de step 2" (r) 14.15 Film: „Conflict în familie" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Cowboy" (SUA, 1958). Cu: Glenn Ford 20.30 Film: „Zborul 93" (coprod., 2006) 22.30 Film: „Borat" (coprod., 2006) 0.15 Film: „Escadronul întâi" (coprod., 2009) 1.30 Cine A.M.

MIERCURI – 2 noiembrie

TVR 1
7.00 Telejurnal matinal 9.00 Ştirile de mâine (r) 9.45 Discover România (r) 10.00 Teleshopping 10.40 România 9 (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 În grădina Danei (r)13.30 Superconsumatorul 14.00 Telejurnal 15.10 Convieţuiri 17.00 Telejurnal 17.30 Interes general 18.35 Perfect imperfect 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 Ştirile de mâine 23.00 Telejurnal 0.00-5.35 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile ProTv 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Visuri la cheie 23.00 Serial: „Homeland: Reţeaua terorii" 0.00 Serial: „Breaking Bad: Pe căi greşite" 2.00 Serial: „Poveşti de groază americane" 4.00-5.00 Reluări.

antena 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Obser-vator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 În puii mei! 21.30 Serial: „Băieţi de oraş" 22.30 În puii mei – Xtra Show 23.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 În puii mei! (r) 2.00 Observator (r) 3.15 Acces direct (r).

PRIMA TV
6.45 Teleshopping 7.15 Trăsniţii (r) 7.45 Focus 18 (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mondenii 11.30 Dosarele DNA (r) 12.30 Focus Magazin (r) 14.00 Focus 14 14.30 Teleshopping 15.00 Cireaşa de pe tort 16.00 Mondenii 16.30 Focus 17.00 Trăsniţii (r) 18.00 Focus 19.30 Mama mea găteşte mai bine 20.30 Cronica Cârcotaşilor 22.30 Trăsniţii 23.15 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 1.30-6.00 Reluări.

acasă
5.30 Vorbeşte lumea (r) 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Vieţi schimbate" (r) 10.15 Serial: „Intrigi în Paradis" (r) 11.30 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Intrigi în Paradis" 19.00 Serial: „Vieţi schimbate" 20.00 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-4.30 Reluări.

TVR 2
8.10 Dimineaţa de sport 9.30 Serial (r) 10.10 Femei de 10, bărbaţi de 10 11.45 Documentar 360º – GEO 12.30 Teleshopping 13.00 Telejurnal 14.00 Cultura minorităţilor 14.30 Minorităţi sub trei dictaturi 15.00 TVR 60 16.00 Magazin 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR 60 19.00 Telejurnal 20.00 TVR 60 21.10 Telecinemateca: „Suflete în larg" (SUA, 1937). Cu: Gary Cooper 23.10 Film: „Aur şi sânge" (SUA, 1955). Cu: Anne Baxter, Jeff Chandler 1.10-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
5.30 Serial: „Şoricelul familiei" 6.30 Film: „Cowboy" (r) 8.30 Ce spun românii (r) 9.30 Serial: „La bloc" (r) 12.00 Film: „Conflict în familie" (r) 14.30 Film: „Ultima aventură" (r) 16.30 Serial: „La bloc" 18.45 Film: „Ne-am făcut marî!" (r) 16.30 Serial: „La bloc" 18.45 Film: „Ne-am făcut marî!" (SUA, 1958). Cu: Molly Bee 20.30 Film: „Jefuitorii de bănci" (SUA, 1991). Cu: Corey Haim, Cynthia Rothrock 22.30 Film: „Borat" (coprod., 2006) 0.15 Film: „Escadronul întâi" (coprod., 2009) 1.30 Cine A.M.

JEREMY RENNER
– luni, 20.30 –

DIANE KRUGER
– vineri, 1.30 –

MEILANI PAUL
– joi, 20.30 –

CYNTHIA ROTHROCK
– miercuri, 20.30 –

REESE WITHERSPOON
– sâmbătă, 20.10 –

CLAUDIA RAMIREZ
– luni-duminică, 15.00 –

JOSEPH GORDON-LEVITT
– marţi, 20.00 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 3 noiembrie

TVR 1
7.00 Telejurnal matinal 9.00 Ştirile de mâine (r) 9.45 Discover România 10.00 Teleshopping 10.40 România 9 (r) 12.30 Parlamentul României 13.00 Oameni ca noi 13.30 Superconsumatorul 14.00 Telejurnal 15.10 Akzente 17.00 Telejurnal 17.30 Doc.: „Pirineii" 18.00 Lozul cel mare 18.35 Perfect imperfect 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 Ştirile de mâine 23.00 Ora de ştiri 0.00-5.35 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile ProTv 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile ProTv 20.00 Serial: „Las Fierbinţi" 21.00 Atletico Textila 22.00 Fotbal: FC Zürich – FC Steaua Bucureşti 0.00 Ştirile ProTv 0.30 Serial: „Homeland: Reţeaua terorii" 1.30 Serial: „Breaking Bad: Pe căi greşite" 3.00 Serial: „Poveşti de groază americane" 5.00 Ce spun românii (r).

antena 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Next Star 23.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Serial: „Camelot" 2.00 Observator (r) 2.45 Observator special (r) 3.15 Acces direct (r).

PRIMA TV
6.45 Teleshopping 7.15 Trăsniţii (r) 7.45 Focus 18 (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mondenii 11.30 Revendicarea (r) 12.30 Focus Magazin (r) 14.00 Focus 14 14.30 Teleshopping 15.00 Cireaşa de pe tort 16.00 Mondenii 16.30 Focus 17.00 Trăsniţii (r) 18.00 Focus 19.30 Mama mea găteşte mai bine 20.30 Film: „Arma biologică" (coprod., 2000). Cu: Dolph Lundgren, Meilani Paul 22.30 La TV 23.15 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 0.30-6.00 Reluări.

acasă
5.30 Vorbeşte lumea (r) 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Vieţi schimbate" (r) 10.15 Serial: „Intrigi în Paradis" (r) 11.30 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Intrigi în Paradis" 19.00 Serial: „Vieţi schimbate" 20.00 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-4.30 Reluări.

TVR 2
8.10 Dimineaţa de sport 9.30 Serial (r) 10.10 Femei de 10, bărbaţi de 10 11.45 Documentar 360º – GEO 12.30 Teleshopping 13.00 Telejurnal 14.00 Cultura minorităţilor 14.30 Minorităţi sub trei dictaturi 15.00 TVR 60 16.00 Magazin 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR 60 19.00 Telejurnal 20.00 TVR 60 21.10 Film: „Muzica destinului" (SUA, 1998). Cu: Jude Law, Jennifer Tilly 23.10 Film: „Conspiraţia mondială" (coprod., 2008). Cu: Bradley Whitford, Neve Campbell 1.10-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
6.30 Serial: „Şoricelul familiei" 7.00 Film: „Ultima aventură" (r) 9.30 Ce spun românii (r) 10.45 Serial: „La bloc" (r) 13.00 Film: „Model de la Paris" (r) 14.45 Film: „Zborul 93" (r) 16.45 Serial: „La bloc" 19.00 Film: „Viaţa începe la 17 ani" (SUA, 1958). Cu: Mark Damon, Dorothy Johnson 20.30 Film: „Misionarul misterios" (SUA, 2007) 22.30 Film: „Seducţie" (SUA, 2000). Cu: Kiefer Sutherland 0.30 Film: „Iluzie americană" (SUA, 2008) 2.30 Cine A.M.

VINERI – 4 noiembrie

TVR 1
7.00 Telejurnal matinal 9.00 Ştirile de mâine (r) 9.45 Discover România 10.40 România 9 (r) 12.30 Parlamentul României 13.00 M.A.I. aproape de tine 13.30 Doc.: „Pirineii" 14.00 Telejurnal 15.10 Fără etichetă 16.00 EURO polis 17.00 Telejurnal 17.30 Mediatorii 18.35 Perfect imperfect 20.00 Telejurnal 21.00 Carpaţii, plămânul Europei 22.30 Ştirile de mâine 23.00 Ora de ştiri 0.00-6.00 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile ProTv 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Vocea României 23.30 Film: „Steve Jobs. Omul care a schimbat lumea" (SUA, 2013). Cu: Ashton Kutcher 1.45 Serial: „Breaking Bad: Pe căi greşite" 3.30 Serial: „Poveşti de groază americane" 5.00 Ce spun românii (r).

antena 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 X Factor 23.00 iUmor (r) 1.30 Film: „Cursa pentru viaţă" (SUA, 2010). Cu: Sam Shepard, Dermot Mulroney, Diane Kruger 3.15 Acces direct (r).

PRIMA TV
6.45 Teleshopping 7.15 La Tv (r) 7.45 Focus 18 (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mondenii 11.30 Revendicarea 12.30 Focus Magazin (r) 14.00 Focus 14 14.30 Teleshopping 15.00 Cireaşa de pe tort 16.00 Mondenii 16.30 Focus 17.00 La Tv (r) 18.00 Focus 19.30 Mama mea găteşte mai bine 20.30 Film: „Păcală se întoarce" (România, 2006). Cu: Denis Ştefan, Adrian Ştefan 23.30-6.00 Reluări.

acasă
5.30 Vorbeşte lumea (r) 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Vieţi schimbate" (r) 10.15 Serial: „Intrigi în Paradis" (r) 11.30 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Intrigi în Paradis" 19.00 Serial: „Vieţi schimbate" 20.00 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-5.30 Reluări.

TVR 2
8.10 Dimineaţa de sport 9.30 Serial (r) 10.10 Femei de 10, bărbaţi de 10 11.45 Documentar 360º – GEO 12.30 Teleshopping 13.00 Telejurnal 14.00 Cultura minorităţilor 14.30 Minoritati sub trei dictaturi 15.00 TVR 60 16.10 Ieri-Azi-Mâine 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR 60 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Detectiv cu greutate: Alb şi negru" (coprod., 1991). Cu: Bud Spencer, Lou Ferrigno 22.10 Gala umorului 23.10 Film: „Conspiraţia mondială" (partea a II-a) 1.10-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 Serial: „Şoricelul familiei" 7.15 Film: „Ne-am făcut marî!" (r) 9.00 Ce spun românii (r) 10.15 Serial: „La bloc" (r) 12.30 Film: „Cowboy" (r) 14.30 Film: „Viaţa începe la 17 ani" (r) 16.00 Serial: „La bloc" 18.15 Film: „Amicul Joey" (SUA, 1957) 20.30 Film: „Al patrulea gen" (coprod., 2009). Cu: Milla Jovovich, Will Patton 22.30 Film: „Hotel particular" (SUA, 1985) 0.15 Film: „Câmpuri ucigaşe" (SUA, 2011) 2.15 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ – 5 noiembrie

TVR 1
7.00 Întrebări şi răspunderi (r) 8.00 Doc.: „Chaplin şi micul vagabond" 9.00 La bani mărunţi 9.30 Superconsumatorul (r) 10.30 Zon@ 11.00 Dincolo de viitor 11.30 Vreau să fiu sănătos! 11.30 Vreau să fiu sănătos! 12.30 Ochiul magic (r) 13.30 Geopolitice 14.00 Telejurnal 14.30 Adevăruri despre trecut 15.00 Ora regelui 16.00 Handbal: CSU Danubius Galaţi – HCM Râmnicu Vâlcea 18.00 Exclusiv în România 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.00 O dată-n viaţă 23.00 Profesioniştii 0.00-5.35 Reluări.

PRO TV
6.00 Lecţii de viaţă (r) 7.00 Ştirile ProTv 10.00 I lile IT 10.30 Ce se întâmplă, doctore? 11.00 Arena bucătarilor 11.30 Film: „Copilăria lui Kermit" (SUA, 2002) 13.00 Film: „Motelul iubirii" (SUA, 2010) 15.00 Jocuri de celebritate (r) 16.15 Vocea României (r) 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Film: „Căpitanul America: Primul Răzbunător" (SUA, 2011) 23.00 Film: „Hanna" (coprod., 2011) 1.15 Serial: „Breaking Bad: Pe căi greşite" (r) 3.00 Serial: „Poveşti de groază americane" 4.45 Film: „Copilăria lui Kermit" (r).

antena 1
6.00 Observator 10.00 Camera Cafe 10.30 Chefi la cuţite (r) 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Mireasă pentru fiul meu 19.00 Observator 20.00 Te cunosc de undeva! 23.15 Film: „Şefi de coşmar" (SUA, 2011). Cu: David Keith 1.15 Film: „Prima lovitură a lui Jackie Chan" (Hong Kong, 1996) 1.30 Observator (r) 2.30 Camera Cafe 3.00 Film: „Şefi de coşmar" (r).

PRIMA TV
7.00 Teleshopping 7.30 Trăsniţii (r) 8.45 Secrete de Stil 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea găteşte mai bine 12.00 Chef Dezbrăcatu' (r) 12.30 Cu lumea-n cap 13.00 Focus 14.00 Film: „Cruciada copiilor" (coprod., 2006) 16.00 Schimb de mame (r) 18.00 Focus 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Film: „Sunshine: Afacere de familie" (SUA, 2008). Cu: Steve Zahn, Jason Spevack 22.30 -6.00 Reluări.

acasă
6.00 Serial: „Catfish" 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Vieţi schimbate" (r) 10.15 Film: „Intrigi în Paradis" (r) 11.30 Serial: „Stdiul relaţiei: complicat" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Regina inimilor" 20.00 Film: „Jurnalul unui adolescent timid" (SUA, 2012). Cu: Logan Lerman, Dylan McDermott 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-5.30 Reluări.

TVR 2
7.15 Teleshopping 8.00 Natură şi sănătate (r) 8.30 Serial: „Prietenie cu năbădăi" 9.30 Serial (r) 10.00 Mic dejun cu un campion 11.00 TVR 60 12.00 Handbalul – sport naţional, la TVR2 12.50 TVR60 (r) 13.00 Gala umorului (r) 14.10 Te vrea România! 16.00 Memorialul Durerii 17.00 Arte, carte şi capricii 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR60 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „În deşert nu eşti niciodată singur" (SUA, 1993). Cu: Reese Witherspoon 22.00 Film: „Teroare în L.A." (SUA, 1998) 0.20-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
5.15 Sedrial: „Şoricelul familiei" 6.15 La Măruţă (r) 8.15 Film: „Amicul Joey" (r) 10.30 Serial: „La bloc" (r) 12.45 Film: „Zborul 93" (r) 14.45 Film: „Ne-am făcut marî!" (r) 16.30 Serial: „La bloc" 18.45 Film: „Ţicniţii" (Italia, 1999) 20.30 Film: „Lista clienţilor" (SUA, 2010). Cu: Jennifer Love Hewitt 23.15 Film: „Blonda de pe net" (SUA, 2012). Cu: Garret Dillahunt 0.00 Film: „Lisa clienţilor" (r) 2.00 Cine A.M.

DUMINICĂ – 6 noiembrie

TVR 1
7.00 Teleenciclopedia (r) 8.10 Universul credinţei 9.30 Pro. Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viaţa satului 13.00 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Ultima ediţie 15.00 Politică şi delicateţuri 16.00 Handbal: CSU Dunărea Brăila – SCM Craiova 18.00 Lozul cel mare 18.30 Doc.: „Puterea binelui" 19.00 Ochiul magic 20.00 Telejurnal 21.10 Doc.: „Secretele din adâncuri" 22.45 Concert Extra-ordinar în beneficiul Fundaţiei Principesa Margareta a României 23.45 Doc.: „Puterea binelui" 1.20-5.35 Reluări.

PRO TV
6.00 Ce se întâmplă, doctore? (r) 6.30 Arena bucătarilor (r) 7.00 Ştirile ProTv 10.00 Ce spun românii (r) 11.00 Film: „Motelul iubirii" (r) 13.00 Apropo Tv 14.00 Film: „Cu duzina e mai ieftin 2 – Războiul taţilor" (coprod., 2005) 16.00 Visuri la cheie (r) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Film: „X-men de la Origini: Wolverine" (coprod., 2009) 22.45 Film: „Premoniţii" (SUA, 2015) 1.00 Apropo Tv (r) 1.45 Serial: „Breaking Bad: Pe căi greşite" 3.30 Serial: „Poveşti de groază americane" 5.00 Ce spun românii (r).

antena 1
6.00 Observator 9.30 Te cunosc de undeva! (r) 13.00 Observator 13.15 Next Star (r) 16.00 Observator 16.15 X Factor (r) 19.00 Observator 20.00 iUmor 22.00 Serial: „Băieţi de oraş" (r) 23.00 În puii mei! (r) 0.00 iUmor (r) 2.00 Observator (r) 3.00 Serial: „Camelot" (ep. 1, 2, 3).

PRIMA TV
7.00 Teleshopping 7.30 Trăsniţii (r) 8.15 La Tv (r) 8.45 Casa: construcţie şi design 9.20 Teleshopping 10.00 Mama mea găteşte mai bine (r) 13.00 Focus 13.30 Film: „Totul se plăteşte" (România, 1986). Cu: Florin Piersic 15.30 Chef Dezbrăcatu' 16.00 Cronica Cârcotaşilor (r) 18.00 Focus 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Schimb de mame 22.30 Trădaţi în dragoste 0.15 Film: „Totul se plăteşte" (r) 2.30 Iubiri secrete 4.30-6.00 Reluări.

acasă
6.00 Serial: „Catfish" 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial (r) 11.15 Teleshopping 11.30 Film: „Jurnalul unui adolescent timid" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Regina inimilor" 20.00 Film: „Inimi tinere" (SUA, 1998). Cu: Lesley-Anne Down, Andrew Lawrence 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-4.30 Reluări.

TVR 2
7.15 Teleshopping 8.00 Cap Compas (r) 8.30 Ferma 9.30 Serial (r) 10.00 Pescar hoinar 10.30 Natură şi aventură 11.00 Handbal: Rapid Bucureşti – Dinamo 13.00 Cap Compas 13.30 Natură şi sănătate 14.10 Film: „Artista, dolarii şi ardelenii" (România, 1980) 15.30 Pledez pentru tine(ri) (r) 16.00 Duelul pianelor 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR60 19.00 Telejurnal 20.00 Handbal: România – Polonia 22.10 Film: „Pruncul, petrolul şi ardelenii" (România, 1981). Cu: Ilarion Ciobanu 0.10 Deportaţii 1.10-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
6.30 Serial: „Şoricelul familiei" (ultimele ep.) 6.00 La Măruţă (r) 8.00 Film: „Viaţa începe la 17 ani" (r) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.00 Film: „Ţicniţii" (r) 13.45 Film: „Ultima călătorie: goana după adevăr" (SUA, 2011) 15.45 Serial: „La bloc" 18.00 Film: „Erou din întâmplare" (SUA, 1992) 20.30 Film: „Alarmistul" (SUA, 1997) 22.30 Film: „Wall Street: Banii sunt făcuţi să circule" (SUA, 2010) 1.15 Film: „Alarmistul" (r) 3.00 Cine A.M.

INTERFERENȚE

Integramă de **M. ALBU**

ȚIN VASELE PE LOC / SĂGEATĂ DE CUPIDON		NEPRE-LUCRAȚI / BANI DIN SERBIA		IUTE ÎN MIȘCĂRI / CAP DE ALBINĂ !		ROS DE AZOREL / A FACE CINSTE		PREFIXUL VIEȚII / JILȚ REGAL		PROPRII NAȘTERII / SPORT ÎN POLIGON
SCAIETE / BANI ȚINUȚI LA BANCĂ	→						ZBOR DE ALBINE / PUDRĂ DE BEBELUȘ	→		
	→			JOCUL 6 DIN 49 / CÂNTATE LA OPERĂ	→				INIMĂ DE GORILĂ ! / OU DE PEȘTE	→
CETATE OTOMANĂ / SUSȚINE VIAȚA	→				PLĂGI DESCHISE / A PROVOCA SCANDALUL	→				IEȘITE DIN STANDARDE
			MONEDA IRANULUI / PEDEAPSĂ CORPORALĂ	→				ANIMALE LA CĂRUȚĂ / PRIETENI LA RĂZBOI	→	
	BARZĂ DIN AFRICA / ANUNȚ DIN PRESĂ	→				MAȘINUȚĂ DE CURSE / MIEZ DE LITIU !	→			SMALȚ PE OALE
		ÎN ACEST LOC / TURNEU DE TENIS	→				BRUNETĂ / VREMURI ISTORICE	→		
ÎN CASĂ ! / ÎNTREG / STRIGĂT DE SPAIMĂ	→			MU AU CREDINȚĂ / MONARJUL RUȘILOR	→				POST-MERIDIAN / INDICĂ ORIGINEA	→
	→				A EXPUNE LA RAZE / COADĂ DE LOPATĂ !	→				
VELUR CU DUNGI / IUBIT NESPUS	→					OAMENI CU O BUNĂ PURTARE	→			
	→						DAR DE LOGODNĂ	→		

Umor

☺ *Un țigan prinde peștișorul de aur, îl rotește pe toate părțile și nu știe ce să facă cu el. Peștele nu mai rabdă și îi zice:*

– Hai, măi omule, pune-ți o dorință!

– Ce fel de dorință?

– Păi cum să-ți explic... Spre exemplu, ieri m-a prins un om și m-a rugat să-i dau 1.000.000 de euro, și eu i-am îndeplinit dorința. Dar tu ce vrei?

– Adresa lui!

☺ *Doi naufragiați au reușit cu greu să ajungă pe o insulă pustie.*

– Suntem pierduți!

– Nu-ți face griji, ne găsesc ei!

– Crezi?

– Sunt sigur! Am datorii de peste un milion de dolari!

☺ *– Doctore, am voie să beau bere? întreabă un alcoolic.*

– Doamne ferește! răspunde doctorul. Asta v-am interzis acum doi ani!

– Da, dar mi-am închipuit că medicina a mai făcut progrese...

☺ *Un tip se întâlnește cu un matematician, un economist și un contabil și îi întreabă:*

– Cât fac unu și cu unu?

Matematicianul îi răspunde:

– Exact doi.

Economistul răspunde:

– Poate doi.

Contabilul se uită în stânga și în dreapta și spune în șoaptă:

– Cât vrei sa facă?

☺ *– Părinte, am preacurvit.*

– De câte ori, fiica mea?

– Părinte, am venit să mă spovedesc, nu să mă laud!

SUDOKU

jocul săptămânii: 43

			2	4	6	9		
6			1					
3		8						
7	6		8				2	
		3				5		
	1				2		9	8
						4		5
					5			9
		2	6	7	9			

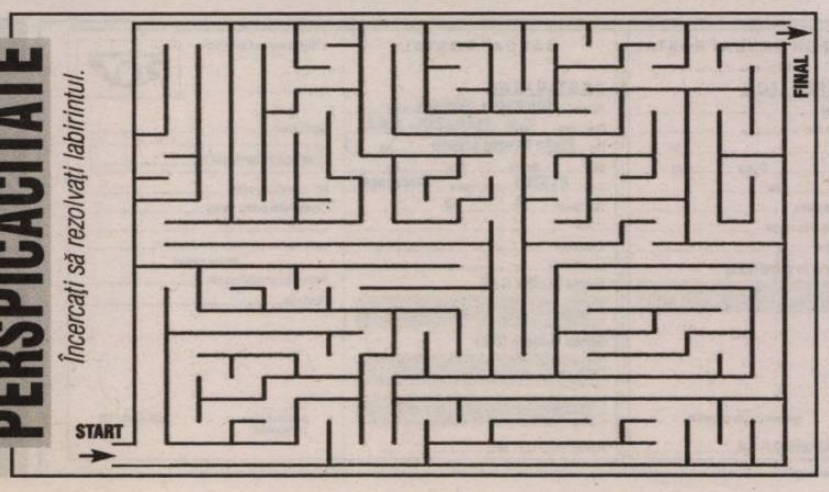
Soluția în numărul viitor

Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 42

5	9	7	3	4	6	2	1	8
8	4	2	1	5	7	3	9	6
1	3	6	2	9	8	4	7	5
7	2	5	6	3	4	9	8	1
9	6	1	5	8	2	7	3	4
4	8	3	7	1	9	5	6	2
3	1	8	4	7	5	6	2	9
6	5	9	8	2	3	1	4	7
2	7	4	9	6	1	8	5	3

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



SOLUȚIA INTEGRAMEI „CA LA CARTE”. *Orizontal: F - S - A - N - Z - S - DIVERTISMENT - LINIAR - ARII - IDEI - TIUI - TR - EROI - STAR - B - AS - RATII - ARA - T - CITI - LAIE - USA - ARSIC - CF - MISCAT - ULEI - GEME - NEATENT - CARDIAC - ITI - DINAR - GENTIL.*

Verificați-vă cunoștințele!

Copii și educație

Aceste întrebări ne-au fost trimise de prietena rubricii noastre Doamna Florentina Gorea din Toplița.

1. Ce domnitor român este inițiatorul „Legii asupra instrucțiunii”?
2. Ce personalitate de seamă din țara noastră a reorganizat pe baze moderne învățământul de toate gradele din România?
3. În ce an a fost proclamată ziua de 5 octombrie ca „Zi mondială a educației”?
4. Ce poet american e semnatarul volumului de versuri „Copiii noștri”?
5. Ce sculptor român e autorul compoziției monumentale „Joc de copii” din Parcul Herăstrău din București?
6. Ce compozitor român e autorul lucrării muzicale „Impresii din copilărie”?
7. Ce regizor italian a realizat filmul „Tată și copii”?

Răspunsurile din numărul trecut

1) Prin „doamnă” se înțelege, de obicei, un termen de politețe întrebuințat singur sau însoțit de numele ori titlul unei femei căsătorite, căreia i te adresezi sau despre care vorbești. Prin extensie poate însemna stăpâna unei case, a unui domeniu sau orice femeie cu un comportament deosebit. 2) În istoria țărilor române, prin doamnă se înțelegea soția domnitorului. 3) „Doamna-mare” sau „doamna-codrului” este cunoscută în botanică drept „mătrăguna”. 4) Romanul „Doamna de Monsoreau” a fost scris de Alexandru Dumas-Tatăl (1802-1870). 5) Tabloul „Domnul și Doamna Adams” poartă semnătura lui Thomas Gainsborough. 6) Muzica romanței „Îți mai aduci aminte, doamnă?” aparține compozitorului Ionel Fernic (1901-1938). 7) Filmul „Doamna fără camelii” a fost realizat de regizorul italian Michelangelo Antonioni (1912-2000).

Poșta cititorilor

Pentru întrebările la tema „Lumina”, întrebări trimise de prietenul rubricii noastr, Ing. Silviu Iagada din Turnu Măgurele, am primit câte 7 răspunsuri corecte următorii cititori: *Florentina Gorea,* Toplița; *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Corina Ionescu,* Arad; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Ing. Mihai Călcăianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Stelian Vasilescu,* Ploiești; *Cornel Stănoiu,* Curtea de Argeș; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei și *Ing. Mihai Waspusch,* București.

✉ ***Prof. MARIN ȘTEFAN, Șimleul Silvaniei.*** Desigur că la cea de-a doua întrebare existau mai multe variante de răspuns. Cum nu s-au dat anumite precizări noi le-am acceptat pe toate. *(Irina Stoica)*

Sfaturi practice

Hasmațuchi

● Face parte din familia Apiaceae, familia pătrunjelului și i se mai spune și pătrunjel franțuzesc sau hasmățui. Este originară din zona Caucazului, frunzele fiind folosite pentru a condimenta supele, salatele și mâncărurile de pește. Are proprietăți tonice, depurative, diuretice, întărește organismul și stimulează apetitul și digestia.

● Este o plantă erbacee ce atinge aproximativ 50 cm înălțime, dezvoltându-se pe lățime până la 20 cm. Are frunze plate, de culoare verde deschis, plăcut mirositoare – cu o aromă slabă de anason. Înflorește spre mijlocul verii și are florile mici, albe.

● Planta poate fi crescută în grădini sau în ghivece, în locuri umede și umbroase. În ghivece se poate semăna oricând, din martie până în iunie.

● Se recomandă o tăiere periodică a frunzelor, astfel încât planta să nu crească prea mare și frunzele să devină amare.

● Se înmulțește prin semințe, care se recomandă să se pună la înmuiat cu câteva ore înainte.

Zodiile şi relaţiile familiale

Relaţiile în familie sunt influenţate şi de zodiile părinţilor sau cele ale copiilor. Astrologii ne prezintă un scurt ghid al compatibilităţilor copiilor cu propria familie.

BERBEC. Fiind sub stăpânirea elementului Foc, aceşti nativi se înţeleg foarte bine cu părinţele din zodia Leu sau Săgetător, oricare dintre cele două semne asigurându-le un mediu familial benefic. Se ştie despre nativii Berbec că ştiu să se distreze alături de familie şi cum să-şi fructifice timpul liber. În general, Berbecii îşi doresc o relaţie strânsă cu părinţii, să comunice bine, dar sunt şi primii care pornesc o ceartă atunci când nu le convine ceva.

TAUR. Elementul Pământ face din aceşti nativi să fie foarte bine ancoraţi în realitate şi să se simtă bine în comapnia oamenilor. Părinţii ideali sunt cei din zodiile Capricorn, Fecioară sau Peşti, gata oricând să le suporte conversaţiile lungi pe care Taurii le preferă. Vor face tot posibilul să-şi satisfacă părinţii, cunoscându-le aşteptările.

GEMENI. Aflaţi sub stăpânirea elementului Aer, sunt indecişi, plini de întrebări, aceşti nativi pot realiza o conexiune de durată doar cu cei care le împărtăşesc idealurile, cum ar fi Balanţele sau Vărsătorii. Relaţia pătrinte-copil dintre aceste zodii funcţionează perfect, fiecare înţelegând perfect ce-şi doreşte celălalt. la polul opus se situează familiile compuse din Gemeni şi Peşti sau Scorpioni, sau Capricorni, existând tot timpul o încordare neplăcută.

RAC. Elementul Apă imprimă asupra acestor nativi o impulsivitate şi o emotivitate constantă. Copiii Rac pot face ca relaţia cu părinţii să fie destul de dificilă, presărată cu certuri iscate din motive fără importanţă. Doar părinţi din zodiile Taur, Fecioară sau Scorpion le tolerează acestora un astfel de comportament, reuşind să construiască o relaţie armonioasă.

LEU. Focul, elementul care îi domină pe nativii din această zodie, îi face pe copii să-şi dorească să câştige aprecierea părinţilor. Din păcate au şi o latură uşor agresivă şi o dorinţă de interiorizare ce îi poate împiedica să se facă înţeleşi de cei din jur. Cu toate acestea, părinţii din Balanţă, Săgetător sau Berbec vor reuşi să se apropie foarte mult de sufletul lor şi nu vor întâmpina probleme pentru a crea o relaţie puternică.

FECIOARĂ. Copiii din această zodie vor avea parte de momente frumoase alături de alte semne de Apă sau de Pământ. Cu părinţii din zodiile Taur, Capricorn sau Rac, nu-şi fac probleme şi vor primi atâta dragoste, cât au ei nevoie. Se ştie că nativii Fecioară au o tendinţă de a se autocritica şi sunt uşor de demoralizat, aşa că au nevoie şi de înţelegere şi susţinere familială pentru a funcţiona la capacitate maximă.

BALANŢĂ. Au o înclinaţie nativă spre relaţiile bazate pe adevăr. Părinţii cu care aceştia se înţeleg perfect sunt cei din zodia Leu şi Berbec, reuşind să realizeze echilibrul pe care îl caută copilul din Balanţă. Firea acestora poate prea independentă poae favoriza apariţia unor conflicte şi doar caracterul schimbător, favorizat de elementul Aer din care fac parte, îi va salva mereu.

SCORPION. Pentru aceşti nativi întotdeauna începuturile sunt cele mai importante. Dacă reuşeşte ca în copilărie nativul Scorpion să se bucure de părinţi înţelegători şi iubitori, atunci va munci din greu ca să menţină relaţiile amiabile, în ciuda posibilelor greutăţi ce îi poate distanţa de aceştia. Se înţeleg bine cu părinţi din zodia Peşti sau Rac, însă furia îi poate transforma adesea în rebeli greu de stăpânit.

SĂGETĂTOR. Stăpâniţi de elementul Foc, copiii din Săgetător sunt extrem de optimişti şi reuşesc să-şi motiveze familia prin atitudinea lor. Se pot înţelege bine cu părinţi din zodia Leu, Balanţă sau Vărsător, însă dacă au părinţi din Fecioară sau Rac, atunci întâmpină câteva probleme cauzate de caracterul puternic.

CAPRICORN. Pentru a reuşi să îşi expună sentimentele, copiii din Capricorn au nevoie de un impuls dat de părinţi. Cei care posedă această calitate sunt din zodia Taur sau Fecioară, capabili să le descopere adevărata natură a nativilor Capricorn. Sunt cei care au probleme cu exprimarea propriilor emoţii, însă pot surprinde prin atâta tandreţe.

VĂRSĂTOR. Nativii acestei zodii aşteaptă de la propriii părinţi o relaţie bazată pe respect şi au mari speranţe pe plan emoţional. Putem spune că sunt singurii nativi care îşi pot pierde legătura cu familia de-a lungul timpului. Părinţii din zodia Balanţă sau Gemeni sunt singurii care ştiu cum să împiedice o astfel de distanţare.

PEŞTI. Visătorii nativi ai zodiei Peşti sunt urmăriţi mereu de dorinţa de a-şi depăşi limitele. Se vor dedica celor dragi cu abnegaţie, îi irită discuţiile aprinse din familie, pot avea un impact major asupra lor. Îşi vor oferi ajutorul emoţional pentru cei din jur şi se bucură de căldura primită de la părinţii din zodia Rac sau Scorpion.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Atacurile nu mai vin din cer, ci prin Internet! ■ „Capcana Ursului" din Afganistan ■ Tron imperial însângerat ■ Obiecte submersibile neidentificate ■ Pagoda Shwedagon ■ Tuberculoza se întoarce? ■ Un record mare... cât China ■ Când Pentagonul şi CIA îşi bagă coada la Hollywood...

HOROSCOP

31 octombrie – 6 noiembrie 2016

BERBEC 21.03-20.04

Relaţiile cu prietenii apropiaţi şi partenerii sunt optimiste. Tensiunea creată se disipează uşor şi veţi scăpa de griji. Oricum, ţineţi cont să nu muşcaţi mai mult decât puteţi mesteca. Din cauza ambiţiei vă impuneţi cam mult autoritatea. Atenţie la replicile acide.

TAUR 21.04-21.05

Vă interesează în mod deosebit călătoriile, mai ales că vă faceţi cunoştinţe noi, cu persoane din alte culturi. Joi sau vineri ar trebui să evitaţi subiectele controversate, mai ales cele referitoare la politică sau religie. În weekend se păstrează aceeaşi notă efervescentă a vieţii.

GEMENI 22.05-21.06

Trebuie să faceţi ce vă stă în putere ca să îmbunătăţiţi relaţiile cu propriii copii, mai ales că se apropie un weekend de foc. Veţi fi uimiţi cât de repede se schimbă situaţia. Nu vă aşteptaţi ca toţi cei din jurul dumneavoastră să vă şi asculte.

RAC 22.06-21.07

Casa, familia şi viaţa privată se află în topul preocupărilor personale. Ideile entuziaste sunt apreciate şi dumneavoastră priviţi totul ca pe o provocare. Persoana iubită vă face o surpriză de proporţii, mai ales că a tăinuit-o de multă vreme. Totul iese perfect.

LEU 22.07-22.08

Vă simţiţi bine, sunteţi feriţi şi plini de speranţe. Dispuneţi de suficientă energie pentru a pune la punct multe proiecte legate de casă, de redecorare sau reparaţii. Munciţi din greu şi răsplata o primiţi în weekend, când faceţi o excursie cu familia.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Bani, bani, bani... Cam asta vă preocupă în ultima vreme. Planeta Venus este cea care vă garantează că sunteţi destul de diplomaţi ca relaţiile cu cei din jur să fie surprinzător de amiabile. Mare atenţie în weekend la o discuţie aprinsă. Nu vă grăbiţi să trageţi concluzii pripite.

BALANŢĂ 23.09-22.10

În următoarele zile norocul vă întâmpină şi se pare că vă ţine calea multă vreme. Norocosul Jupiter este cel răspunzător de această situaţie. Vă ocupaţi şi de câteva împrejurări dificile la domiciliu, în special cu membrii familiei. Abia în weekend se aşază lucurile.

SCORPION 23.10-21.11

Planeta Venus este în semnul dumneavoastră şi vă face fermecători, diplomaţi şi sociabili cu toată lumea. Este un moment prielnic să faceţi planuri pentru perioada următoare. Pentru a evita câteva discuţii mai puţin agreabile este bine să vă stăpâniţi pornirile nervoase.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Vă străduiţi să fiţi cât mai populari şi agreaţi de cei din jur. Nu obţineţi însă rezultatul care vă convine şi veţi face tot posibilul să vă atingeţi scopurile. Oricum, realizaţi până la urmă ceea ce vă doriţi. Vă trebuie doar mai multă răbdare.

CAPRICORN 22.12-19.01

Trei planete – Mercur, Jupiter şi Soarele – se află în zodia dumneavoastră, ceea ce vă dă o strălucire de stea. Dacă veţi folosi această oportunitate, chiar că veţi străluci în cohii celorlalţi şi mai ales a şefilor. Nu aţi stabilit însă care sunt adevăratele priorităţi şi vă concentraţi pe nimicuri.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Chiar vă doriţi o schimbare de decor, vreţi să savuraţi aventura şi aveţi o şansă să vă extindeţi orizonturile. De fapt, faceţi impresie bună. Cineva din anturaj vă cere să-l ajutaţi într-o problemă şi veţi face tot posibilul să îi rezolvaţi problema.

PEŞTI 19.02-20.03

Nu este momentul prielnic să discutaţi despre proprietăţi, taxe, succesiuni, deoarece subiectul este prea sensibil şi vorbele pot deveni mult prea aprinse. În weekend, o rudă apropiată vă declară război deschis. Practic, trebuie să ştiţi clar ceea ce deţineţi, ce drepturi aveţi şi la ce ar trebui să renunţaţi.

Nativul săptămânii: **ADOLPHE SAX** (6.11.1814 – 7.02.1894)

A fost un inventator de instrumente muzicale, cel care a creat saxofonul. Acest nativ al zodiei Scorpion a început să înveţe să fabrice instrumente muzicale încă din adolescenţă. La vârsta de 20 de ani a inventat saxofonul bariton. Prima sa lucrare importantă a fost modificarea clarinetului bas.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 0213178964

Abonamente la „Magazin" direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	6,00 LEI
❑ 2 LUNI	12,00 LEI
❑ 3 LUNI	18,00 LEI
❑ 4 LUNI	24,00 LEI
❑ 5 LUNI	30,00 LEI
❑ 6 LUNI	36,00 LEI

„Magazin" oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Abonaţi-vă la magazin

Cheltuielile poştale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacţie.

Nu aveţi decât să trimiteţi printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701), contravaloarea abonamentului solicitat (vezi preţurile în talonul alăturat la care se adaugă taxa poştală de expediere) sau să achitaţi în conturile bancare indicate la pagina 2 şi puteţi beneficia de toate avantajele enunţate. În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal. Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe şase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni) în conturile societăţii.

CUPON MANDAT POŞTAL
Nr. .....
EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Judeţul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
Ştampila cu data prezentării
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION - la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piaţa Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....
Sigiliu control mandate
POŞTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAŢII SPECIALE .....
Nr. mandat poştal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre şi litere)
Semnătura salariatului .....
Diriginte .....
Ştampila cu data prezentării
Sigiliu cu sigla RO

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

Biblioteca Judeleană

SERIE NOUĂ - 1322 ● ANUL LIX ● 3 NOIEMBRIE 2016 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 44 (3072)

magazin

Mail: redactia@revistamagazin.ro Adresă INTERNET: www.revistamagazin.ro

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Caleidoscop

X-MEN
generaţia de azi

Femina club

Pentru dumneavoastră, doamnă

De sezon: învingeţi răceala în 24 de orel

Dosarele frumuseţii

Sfaturi utile pentru un ten catifelat

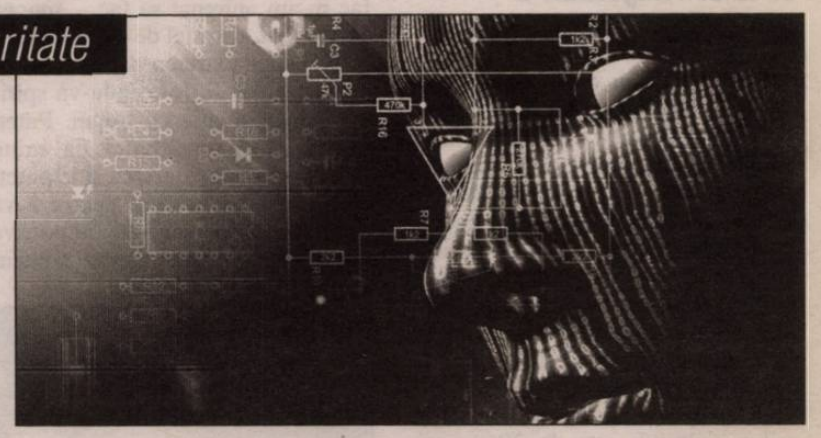
Consultaţii fără plată

TRATAMENTE VITALE
ascunse publicului?

«Ştii care-i partea bună cu inimile frânte? Că nu se pot frânge decât o singură dată, restul sunt zgârieturi.»
Pascal Bruckner

În noile războaie, invadatorii se înfruntă cu scuturile de securitate

Atacurile nu mai vin din cer, ci prin Internet!



La vechile strategii războinice, armate la sol, avioane în aer, bombe etc., se adaugă azi războiul din cyberspaţiu, cel care ar putea face mai multe pagube decât e conştientă lumea.

Lăsăm deoparte acuzele de campanie electorală şi abordarea de tip Război rece reîncălzit, cum că Rusia atacă cibernetic SUA pentru a influenţa alegerile din noiembrie din SUA, pentru a aduce în discuţie noua abordare a marilor ţări privind războiul cibernetic, adică preluarea informaţiilor existente în giganticele servere din lume, cele care păstrează date de importanţă strategică, de securitate naţională.

De fapt, tocmai din posibilitatea de a pătrunde în aceste servere s-a lansat în SUA problema securităţii cibernetice, a războiului cibernetic, noţiuni pe care SUA le cunosc bine, de vreme ce ele deţin puterea în acest domeniu şi presupun că şi alte puteri (China, Rusia etc.) ar putea face uz de ele, afectând hegemonia americanilor în lume. Acesta este motivul pentru care războiul cibernetic a devenit o provocare mondială şi pentru care experţi în acest domeniu, şefi ai unor mari companii americane de antihackeri, propun viziuni pentru un viitor nu foarte îndepărtat.

Unul dintre aceşti boss-i este Eugene Kaspersky, şeful Kaspersky Lab, una dintre cele mai importante companii producătoare de soluţii de securitate, care, prezent la Bucureşti cu ocazia Conferinţei Internaţionale „Noile provocări globale de securitate cibernetică", declara că „statele lumii, printre care şi România, au nevoie acută de programe de educaţie în securitate cibernetică aplicate în mediul şcolar, universitar şi, nu în ultimul rând, pe segmentul întreprinderilor mici".

Pericol mare!

Eugene Kaspersky declara, într-un lung interviu pentru Agerpres, că „cele mai periculoase atacuri informatice se vor

Eugene Kaspersky

îndrepta către sectorul financiar şi cel al infrastructurilor fizice (reţele de energie electrică etc.)". E limpede, la nivelul marilor puteri s-a declanşat o cursă a „înarmărilor" în războiul cibernetic, cum a fost cu decenii în urmă cursa înarmărilor nucleare, şi aici sunt folosite resurse materiale uriaşe pentru ca părţile, unele sau altele, să deţină controlul asupra informaţiilor de securitate naţională. Se atacă cibernetic, dar în acelaşi timp e nevoie de scuturi de apărare împotriva atacurilor.

Kasperski, oficial, este plasat în domeniul securităţii cibernetice, el ar trebui să producă „scuturi" în faţa atacatorilor, deşi există presupuneri că se ocupă şi cu „atacurile", cel puţin prin datele pe care le pune la dispoziţia agenţiilor de securitate americane. Numai că, anunţând lumea că atacatorii, „hackerii ruşi", sparg serverele strategice americane, Kasperski nu dovedeşte că produce cele mai eficiente „scuturi" cibernetice!

Cert este că în noul război armele nu zdrăngăne ca altădată, ci sapă în subterane, atacând prin reţeaua globală de Internet. Cum se comportă piaţa din România din acest punct de vedere? Eugene Kaspersky este convins că „securitatea cibernetică este foarte importantă pentru fiecare naţiune. Trăim cu toţii în acelaşi spaţiu cibernetic, dar care are noi frontiere. Asta ce înseamnă? Că tot ceea ce se întâmplă într-un anumit loc este important şi pentru România, iar ceea ce se întâmplă în România poate fi periculos pentru restul lumii".

Sunt amintite acţiuni belicoase precum atacurile împotriva infrastructurii naţionale: „Numai anul trecut, de exemplu, am avut un caz în Ucraina, asupra reţelei de energie electrică. Am asistat la un blackout produs de către infractorii cibernetici. Mai avem atacurile asupra sistemului informatic al spitalelor, unul dintre cele mai periculoase tipuri de atacuri. Practic, la ora actuală, cele mai periculoase scenarii care ar putea afecta o ţară din punct de vedere informatic vizează sectorul financiar şi infrastructura fizică sau telecomunicaţiile. Mă tem că, în viitor, vom vedea şi mai multe atacuri", atrage atenţia Eugene Kaspersky.

O observaţie: Era digitală, chiar şi a patra revoluţie industrială, a născut monştri şi monstruleţi, asta nu mai poate fi negat. Un asemenea monstru, care se vede astăzi cu ochiul liber, este faptul că dezvoltarea industriei Internetului şi a Internetului Lucrurilor a lăsat în urmă securitatea cibernetică. Aflăm zilnic de tehnologii noi legate de Internet, dar Internetul este la mâna hackerilor deoarece nu s-a produs o revoluţie şi în tehnologiile de securitate a datelor. Tot giganticul volum de date digitale nu este apărat de nimic şi nimeni nu ştie unde ajung aceste date, cum sunt ele traficate, în folosul cui!

Aici lucrurile au rămas în urmă destul de periculos, am putea spune. Aşa se face că industria de hacking a luat-o înainte, în vreme ce soluţiile de securitate au rămas nepermis de mult în urmă! Şi asta pentru că, aşa cum constată şi Eugene Kaspersky, la fel ca mediul înconjurător ameninţat din toate părţile, „ecosistemul IT este vulnerabil, iar vestea proastă este că infracţiunile cibernetice vor continua să crească, pe fondul unei profesionalizări din ce în ce mai mari a atacatorilor".

Paşi spre criptarea datelor

Paşi mici se fac, chiar dacă asta nu convine agenţiilor care se ocupă cu supravegherea informaţiilor la nivel global. Protejarea informaţiilor existente în platformele mobile ale utilizatorilor de pretutindeni se poate face, după cum spunea şi Edward Snowden, fost analist la NSA, prin criptarea mesajelor de tip mail, SMS etc. Facebook, care printre altele se ocupă (nu singură) de transmiterea tuturor informaţiilor personale spre agenţiile abilitate de supraveghere, a anunţat că „serviciul său de mesagerie, Messenger, permite de acum înainte ca schimbul de mesaje în varianta criptată să fie accesibil pentru toţi cei aproape un miliard de utilizatori ai serviciului", după cum scriu theverge.com şi wired.com. Facebook declară că noua facilitate „va permite de acum utilizatorilor serviciului să beneficieze de comunicare criptată, de tipul utilizator-utilizator, astfel încât nici Facebook şi nici agenţiile federale de aplicare a legii nu vor putea avea acces la conţinutul convorbirii respective".

Să spunem că, doar în România, numărul celor care au un cont de Facebook a ajuns la 8,8 milioane, la finele lunii septembrie! Recent, şi cei de la Google au lansat o aplicaţie similară, numită Allo, care include opţiunea criptării comunicării între utilizatori. Spre deosebire de WhatsApp, ale căror mesaje sunt criptate de la lansarea aplicaţiei, funcţionalitatea Conversaţii Secrete a Messenger trebuie selectată manual de utilizator la începutul fiecărei convorbiri, nefiind prestabilită ca atare de aplicaţie. Interesant, serviciul Conversaţii Secrete al Messenger suportă schimbul de mesaje, fotografii şi emoticoane, însă deocamdată nu este disponibil pentru imagini GIF, clipuri, conferinţe video, comunicare voce sau plăţi online, după cum scrie zdnet.com. Aşadar, când vorbim despre securitatea cibernetică, vorbim doar despre cea de interes naţional, utilizatorii globali sunt în continuare „victime colaterale" ale acestui război asimetric.

44
5 948427 000126

Biblioteca Judeţeană

Oamenii cu capacităţi (senzoriale sau de alt gen) paranormale nu se întâlnesc doar în filmele ce vor să combine realul palpabil cu o realitate de dincolo de noi. Ei sunt aici, am putea spune, parafrazând titlul unei cărţi celebre. Sunt semeni ai noştri absolut normali, dar capabili de lucruri ce nu pot fi realizate nici măcar în vis de marea majoritate a oamenilor.

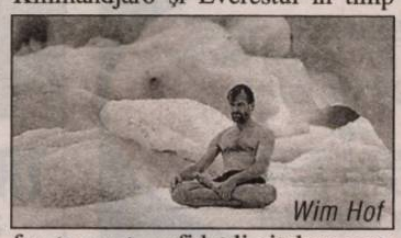
X-MEN generaţia de azi

Să vedem câteva asemenea cazuri, care nu doar că şochează din perspectiva senzaţionalului, ci şi tulbură profund orice persoană raţională, punând-o serios pe gânduri. Fiindcă ne putem întreba, la urma-urmei, dacă nu cumva toţi suntem făcuţi la fel, înzestraţi cu aceleaşi puteri, numai că nu ştim să le identificăm şi să le punem în valoare...

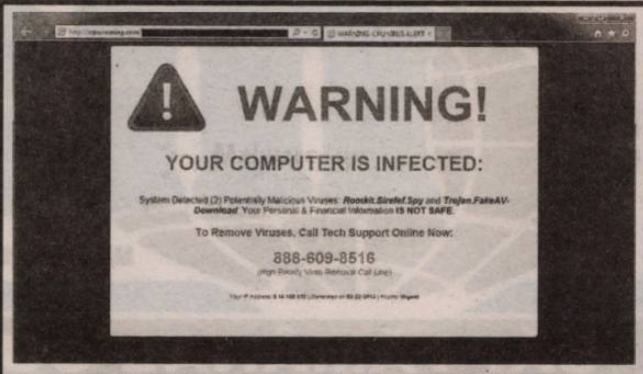
◆ ***Fata cu ochi de vultur.*** Acuitatea vizuală a regelui înălţimilor, vulturul, este de 20 de ori mai ascuţită decât cea a omului. Totuşi, în 1972, Universitatea din Stuttgart (fosta Republică Federală a Germaniei) a indicat că una dintre elevele sale, Veronica Seider, avea o acuitate vizuală de 20 de ori mai mare decât a unei persoane medii, distingând obiecte extrem de mici fără ajutorul vreunei tehnologii. De exemplu, ea putea distinge şi recunoaşte oamenii de la peste 1,6 kilometri depărtare. În mod obişnuit, avem nevoie de un binoclu pentru a obţine o asemenea precizie.

◆ ***Durere fără frontiere.*** Multe persoane folosesc meditaţia pentru a elimina durerea, dar Tim Cridland a decis să-şi folosească această capacitate extraordinară pentru divertismentul semenilor săi. „Din punct de vedre fizic nu e nimic anormal cu mine. Tot ceea ce fac m-am antrenat să fac – spunea el. De fapt, e un fel de demonstraţie a lucrurilor extreme de care şi voi sunteţi capabili, folosindu-vă spiritul în combinaţie cu trupul. Puteţi utiliza aceleaşi tehnici ca mine pentru a învinge durerea şi le puteţi folosi în propria viaţă pentru a vă provoca să perseveraţi împotriva durerilor cotidiene cărora suntem obligaţi să le facem faţă."

◆ ***Omul gheţurilor.*** Nu vorbim despre faimosul Otzi, ci despre Wim Hof, un bărbat trecut de 50 de ani care sfidează cele mai joase limite de temperatură. În decurs de 35 de ani, el a bătut cele mai inimaginabile recorduri, având în palmares peste 20 de nominalizări în Guinness Book. A cucerit vârful Kilimandjaro şi Everestul în timp foarte scurt, a sfidat limitele umane înotând sub ape îngheţate, a realizat un semimaraton în deşert fără să bea apă! Wim recurge la o tehnică de respiraţie meditativă astfel încât să nu mai simtă frigul şi afirmă că şi-a îmbunătăţit sistemul imunitar atât de mult, încât după băile în apa îngheţată nu are absolut nicio problemă.



◆ ***Mai mult decât viteza luminii.*** Isao Machii este un maestru Iaido japonez dotat cu superreflexe incredibile, fiind considerat cel mai rapid om de pe planetă sub acest aspect. Deţine, de pildă, numeroase recorduri ale lumii pentru reacţiile sale uluitor de repezi în mânuirea săbiilor. Spre exemplu, el poate tăia în două o minge de golf lansată cu mare viteză.



FAKEALERT virusul escroc

Internauţii primesc uneori mesaje (oficiale?) prin care sunt avertizaţi că pot primi un mesaj „toxic" pentru calculator, care să conţină de fapt viruşi sub aparenţa de e-mail inofensiv. Asemenea mesaje false constituie de fapt tentative de piraterie informatică. Ticăloşia piraţilor informatici este şi ea, la fel ca-n viaţa reală, un domeniu infracţional în permanentă dezvoltare, pe cele mai diverse căi. Iar pentru că, în fond, totul se adresează omului real, minciuna, escrocheria constituie cea mai redutabilă metodă de acţiune.

Viciul patologic al escrocilor merge, mai nou, până la a se prezenta drept întreprinderi antivirus, iar FakeAlert („alarmă falsă") e unul dintre produşii lor cei mai agresivi. Mai întâi, se emite brusc o fereastră prin care utilizatorul este avertizat asupra unei infectări a computerului sau despre o problemă ce poate compromite toate datele din memoria acestuia. Se indică apoi un „suport tehnic" de accesat pentru evitarea necazurilor: contact telefonic sau descărcarea unei aşazise soluţii de securitate. Firește că toate astea vor fura sume imense din buzunarele credulilor, ale celor care cedează spaimei din primele momente.

O estimare la nivel mondial a pagubelor generate de virusii informatici îl plasează de departe pe FakeAlert (descoperit de mai bine de 7 ani!) pe primul loc, cele mai afectate ţări fiind SUA şi Franţa, pentru un motiv cât se poate de simplu: el se adresează preponderent utilizatorilor vorbitori de engleză, franceză şi spaniolă, foarte numeroşi în lume. Iar cum noi, românii, ne mândrim că suntem francofoni, dar ne „anglofonizăm" pe zi ce trece, se-nţelege că riscăm să devenim şi noi o ţintă preferată a infractorilor spaţiului virtual.

Datorită...

Am auzit de multe ori în jurul nostru spunându-se: *„Datorită autorităţii şi a încurajărilor galeriei, echipa a reuşit să..."*.

Prepoziţia „datorită" este folosită ce-i drept corect, însoţind substantive cu conotaţie pozitivă, dar corectitudinea se opreşte aici.

Să vorbim corect!

Greşeala constă în folosirea articolului posesiv-genitival ***a.*** Acesta, aşa cum arată şi numele, se foloseşte la cazul genitiv, formele sale fiind: *al, a, ai, ale.*

Prepoziţia *datorită* face parte din categoria celor (puţine de altfel!) care sunt specifice cazului dativ: graţie, *datorită,* mulţumită, conform etc.

Aşadar articolul *„a"* este folosit în mod greşit, fiind pus aşa... de frumuseţe! Exprimarea corectă în acest caz îl exclude, formularea fiind „Datorită ambiţiei şi încurajărilor...". *(I.S.)*

Starea de veghe

Medicii – nişte oameni bolnavi

Oricală mai degrabă ironică pretinde că, de obicei, croitorul are haina ruptă-n coate, cizmarul – pantofii cu tălpile tocite, bucătarul cam rabdă de foame... După aceeaşi pseudo-logică a absurdului, se poate spune că medicii sunt nişte oameni destul de bolnavi. Umorul e umor, însă în ceea ce priveşte ultimul caz, din păcate vorbim despre o realitate care ar trebui nu să ne pună pe gânduri, ci să ne cutremure.

Şi nu doar pentru că, vezi bine, oricine dintre noi poate ajunge la un moment dat să fie tratat de un medic care riscă să facă un infarct înainte să ne ofere tratamentul capabil să ne scape de suferinţele trupului nostru. Partea gravă a lucrurilor e că această categorie profesională absolut admirabilă, care în principiu îşi pune propria viaţă în plan secund pentru a se ocupa de salvarea vieţii semenilor, a devenit tot mai expusă riscurilor medicale de tot felul.

Există studii recente care arată o situaţie aproape incredibilă: nu mai puţin de un sfert din studenţii medicinişti şi medicii tineri au o stare de sănătate proastă. În mod alarmant, deteriorarea acesteia evoluează rapid, începând din al doilea şi al treilea ciclu de studii, apoi în primii ani de după terminarea studiilor, iar ca lucrurile să fie şi mai ciudate, cei aflaţi în situaţia respectivă de obicei nu apelează la un control medical. Totul capătă însă chiar proporţii dramatice după constatarea că 14% din cei chestionaţi au mărturisit că s-au gândit măcar o dată la sinucidere! Motivele invocate? Neprezentarea la un generalist e determinată de lipsa timpului, dar şi de încercarea de a aborda propriile probleme (diagnostic, tratament) pe baza cunoştinţelor pe care ei înşişi le au, ca medici.

Studiile au scos la iveală, oficial, aspecte pe care de altfel le cunoaştem cu toţii, dar pe care puţini le evaluează corect. Sistemul evoluţiei profesionale şi al promovării în acest domeniu este extrem de stresant, mai ales că, practic, un medic responsabil este obligat să înveţe toată viaţa, pentru a ţine pasul cu noutăţile pe plan mondial. Dincolo de acest fapt, volumul şi modul de lucru au dimensiuni infernale.

În ţara noastră, dar şi în orice altă ţară, un medic trebuie să se afle 24 de ore pe zi gata să salveze vieţi sau, cel puţin, să accepte munca mult peste programul normal şi suportabil omeneşte. În plus, de multe ori trebuie să suporte felurite tipuri de agresiuni din partea unor pacienţi, familii ale pacienţilor sau – pentru noi nu e deloc ceva nou – din partea mass-mediei, care tratează cazurile de malpraxis ca fiind o caracteristică a tuturor cadrelor medicale, procedând, efectiv, la linşajul mediatic al întregii profesii. Un efect al acestui mod de viaţă la limită? În Franţa, în ultimii ani s-au înregistrat tot mai multe sinucideri în rândul cadrelor medicale, în România au murit chiar în spital asistente medicale epuizate de boli şi de muncă. Până când?...

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Adrian-Nicolae Popescu
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel./Fax: 021.317.89.66

GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef

ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România
Fax: 021.317.89.66

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

Tiparul: **TIPOMEDIA PROD S.R.L.**

A fost inventat tunul cu microunde

Oficialii de la Moscova au dat publicităţii primele imagini ale „tunului cu microunde", o armă de ultimă oră care poate scoate din funcţiune o dronă fără echipaj uman şi chiar o rachetă, de la un kilometru distanţă. Tunul face parte din categoria „armelor cu energie direcţionată" (DEW), folosind impulsuri de frecvenţă foarte înaltă pentru a deregla componentele electronice ale aparatelor de zbor.

El foloseşte o „antenă-reflector" pentru focalizarea microundelor create de un generator. Când ţinta se află la o distanţă convenabilă, un „sistem de transmisie" declanşează razele către ea.

Destinat sistemului de rachete sol-aer BUK, tunul a fost dezvoltat de o uzină de armament din Rusia şi ar putea fi folosit şi în lupta împotriva teroriştilor, întrucât după cum susţin realizatorii săi, „impactul acestor raze poate fi mortal pentru oameni" – pe lângă microunde, tunul putând degaja unde radio, unde laser şi chiar unde sonore extrem de puternice.

„Superextratereştrii" s-ar putea hrăni cu raze cosmice

Când vine vorba de explorarea Sistemului Solar, unul dintre cele mai periculoase aspecte pentru corpul uman îl reprezintă radiaţia cosmică, potenţial letală şi sigur dăunătoare: cercetări recente au dovedit că astronauţii care rămân multă vreme în spaţiu ar putea suferi de demenţă senilă şi de pierderea permanentă a memoriei, din cauza bombardamentului de raze cosmice la care e supus creierul lor.

Dar, pentru un tip total diferit de forme de viaţă, această radiaţie ar putea fi, de fapt, o sursă vitală, apreciază un grup de oameni de ştiinţă de la Institutul Spaţial din Seattle, Statele Unite. Aceştia au descoperit pe Terra o bacterie de forma unui bastonaş, pe care au numit-o *Desulforudis audaxviator*. Bacteria trăieşte la 2,8 km sub pământ, deşi acolo nu există nici lumină, nici carbon şi nici oxigen. Ciudata creatură îşi ia energia necesară supravieţuirii de la uraniul radioactiv aflat în mina de la acea adâncime.

„Bacteria mi-a atras atenţia fiindcă era efectiv ţinută în viaţă de substanţe radioactive. De unde ştim că viaţa de pe alte planete nu poate respecta aceleaşi standarde?", apreciază şefa echipei de cercetători, dr. Dimitra Atri. Descoperirea, publicată în Journal of the Royal Society Interface, ar putea schimba radical concepţiile savanţilor, cu privire la planetele pe care s-ar putea să existe viaţă.

„Până acum excludeam posibilitatea ca planetele care nu au câmp magnetic puternic şi o atmosferă densă, cum e Pământul, să poată găzdui viaţă. Descoperirea aceasta ne face să credem că viaţa ar putea să se dezvolte tocmai acolo unde eram siguri că nu o vom găsi, inclusiv pe mulţi sateliţi ai planetelor din Sistemul Solar", apreciază dr. Atri.

Kobi – robotul grădinar

Pentru cei care urăsc să tundă iarba din grădină, dar şi să facă diverse corvoade pe lângă casă, un nou robot, realizat în Japonia, ar putea fi mană cerească. Descris de producătorii lui drept „primul robot de grădină pe deplin autonom, pentru toate anotimpurile", dispozitivul, numit Kobi, poate tunde iarba, strânge frunzele căzute şi e foarte bun chiar şi la dat zăpada!

El funcţionează cu ajutorul unei baterii reîncărcabile şi merge singur la staţia de încărcare, atunci când bateria e pe cale să se consume.

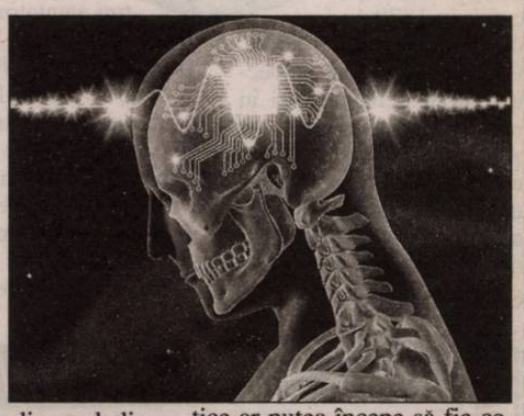
Dispunând de sistem GPS şi senzori încorporaţi, de conexiuni de date Wi-Fi, Bluetooth şi mobile, robotul poate tunde, la o singură încărcare, peluze cu iarbă de până la 28.000 de metri pătraţi, poate strânge frunzele de pe o suprafaţă de 12.000 de metri pătraţi şi adună zăpada de pe o suprafaţă de aproape 1.500 de metri pătraţi.

Dacă proprietarul vrea personal să „preia frâiele", are posibilitatea să dirijeze robotul Kobi de la distanţă, folosind o aplicaţie de smartphone. Mai mult decât atât, Kobi e conectat permanent la un serviciu de meteorologie şi, în cazul în care se anunţă ninsori, începe să emită un semnal sonor puternic, pentru ca proprietarul să-l lase afară, în aşteptarea zăpezii care trebuie dată de pe alee...

Implanturi cu cipuri de memorie

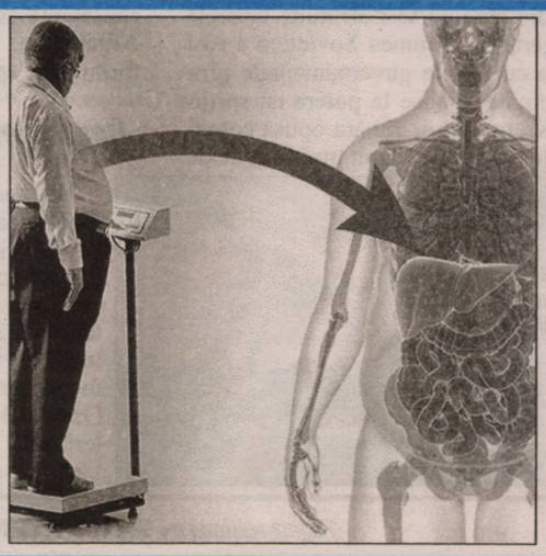
Ideea implantării de cipuri electronice în creier pentru a le oferi oamenilor o memorie uluitoare ar putea părea de domeniul science-fiction, dar savanţii sunt deja gata să testeze această tehnologie futuristă pe voluntari umani. Cipurile de memorie au fost deja testate cu succes pe cobai şi ar putea fi într-o zi disponibile pe piaţă, pentru ca oricine să-şi poată îmbunătăţi memoria.

Cum funcţionează sistemul? Un software revoluţionar converteşte amintirile de scurtă durată în amintiri persistente, îmbunătăţind memoria în ansamblu. Pentru a converti amintirile, creierul trimite un anumit model de semnale electrice, într-un cod unic. Cipul cerebral e menit să trimită semnale electrice care corespund modelului existent deja în creier, imitând procesul natural de dezvoltare a amintirilor pe termen lung.



Dr. Theodore Berger, profesor de inginerie biomedicală la Universitatea Southern, California, lucrează de 20 de ani la dezvoltarea de implanturi cibernetice care imită semnalele electrice transmise de creier pentru a studia maladia Alzheimer.

Într-un interviu acordat recent, dr. Berger a declarat: „Testăm sistemul pe oameni şi rezultatele iniţiale sunt bune. În câţiva ani, cipurile cibernetice ar putea începe să fie comercializate, fiind destinate însă, în primul rând, nu oamenilor sănătoşi, care vor să-şi dezvolte memoria, ci persoanelor cu boli degenerative, ca Alzheimer".



„Colăceii" sporesc riscul de cancer hepatic

Nu doar alcoolul poate fi blamat pentru îmbolnăvirile de cancer la ficat, ci şi creşterea în greutate şi, mai ales, „colăceii" de grăsime depuşi în jurul taliei. Un nou studiu sugerează că o creştere în talie de doar 3 cm creşte riscul îmbolnăvirii de cancer hepatic cu aproape 10%. Studiul, efectuat pe nu mai puţin de 1,57 milioane de adulţi din Statele Unite, a demonstrat că bărbaţii au un risc cu 38% mai crescut de a face această boală pentru fiecare creştere de 5 puncte a indicelui de masă corporală (BMI), la femei riscul fiind de 25%.

În lumea civilizată, numărul cazurilor de cancer hepatic a crescut cu 50% în ultimul deceniu, iar maladia este considerată deosebit de gravă, cu o rată de supravieţuire de peste 5 ani de doar unu din zece, din cauză că absenţa simptomelor face ca ea să nu fie detectată într-un stadiu curabil.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

Tron imperial însângerat

În secolul al XIX-lea, cel mai vânat lider politic a fost ţarul Alexandru al II-lea al Rusiei, care a trăit între 1818 şi 1881, devenind primul om în stat în 1855. În acea perioadă în care s-a încadrat domnia sa, schimbările şi frământările revoluţionare se ţineau lanţ în Europa. Iar acest ţar a avut idei liberale – unele concretizate până la capăt –, însă cu popoarele aservite Rusiei a fost neîndurător (fiind şi rege al Poloniei şi Mare Duce al Finlandei).

Ţarul Alexandru al II-lea

Atentate repetate

Primul atentat s-a produs în 1866 şi l-a marcat foarte mult. Era la Sankt Petersburg şi atentatorul a fost Dmitri Karakazov. În amintirea acelui eveniment, s-au construit capele şi biserici, iar un arhitect celebru a proiectat o poartă monumentală în acest sens. Numai că ţarul se bucurase prea devreme. În Rusia se dezvolta mişcarea contestatară „Voinţa poporului" şi aceasta a furnizat următorii atentatori. Astfel, în 1879 au fost două încercări de a-l ucide, în aprilie (în timpul inspectării gărzii personale) şi în decembrie. La primul, s-a folosit un pistol, iar la cel de-al doilea a fost atacat trenul oficial al ţarului. Dar revoluţionarii nu au reuşit să arunce în aer garnitura vizată. Ultimul atentat nereuşit a fost, poate, şi cel mai spectaculos. În februarie 1880, o încărcătură explozibilă a fost plasată chiar sub sala de mese oficială a ţarului, din Palatul de iarnă. Numai că destinul a vrut ca tocmai în acea seară, suveranul să întârzie la cină. Explozia a distrus tavanul şi au murit unsprezece persoane.

Ţarina Maria Alexandrovna

Atentatul reuşit s-a desfăşurat la 13 martie 1881, când ţarul a avut imprudenţa de a ieşi în public (în Sankt Petersburg), într-o caleaşcă blindată (cadou de la Napoleon al III-lea). De data asta, a fost un complot în toată regula. Au existat trei atentatori cu bombă. Primul doar l-a speriat pe Alexandru al II-lea. Dar, în timp ce făptaşul era prins, al doilea complotist a aruncat o bombă spre ţarul care fugea, rănindu-l mortal.

Un al treilea inamic n-a mai aruncat bomba, căci suveranul căzuse la pământ sfârtecat şi plin de sânge. A mai trăit câteva ore.

Probleme sentimentale

În plan personal, Alexandru al II-lea a cultivat „instituţia metreselor", cu unele dintre acestea având copii (în total şapte) chiar în timp ce ţarina trăia. Cu aceasta a avut opt copii. Însă scandalurile de la Curtea Imperială au izbucnit cu vehemenţă atunci când Alexandru al II-lea a decis să-şi aducă amanta chiar în interiorul Palatului de Iarnă, la un etaj mai jos faţă de apartamentele ţarinei Maria Alexandrovna.

Acea metresă „specială" era prinţesa Caterina Dolgorukia, fiica prinţului Dolgorukov. Ţarina suferea de tuberculoză şi, după moartea ei, ţarul s-a căsătorit în secret cu iubita. Opinia publică a aflat despre certurile dintre ţar şi copiii săi, cea mai indignată fiind marea ducesă Alexandra, primul său copil legitim.

Mai în glumă, mai în serios, se spune că mai faimos decât metresa principală era câinele său, numit Milord. Acesta era un setter irlandez roşu şi localnicii îl vedeau deseori pe ţar cum îl plimbă pe Milord prin Grădina de Vară din Sankt Petersburg.

Pentru americani, ţarul Alexandru al II-lea a fost cel care le-a vândut Alaska, în 1867, pentru 7,22 milioane $ (122 milioane $ astăzi), adică o suprafaţă de 1,5 milioane de kilometri pătraţi.

Fotodocument

Patrule în deşert

Forţele speciale expediţionare britanice din nordul Africii, în perioada celui de-al Doilea Război Mondial, au folosit maşini performante, de lungă croazieră, rezistente la clima deşertică. Astfel de trupe efectuau operaţiuni de recunoaştere, strângere de informaţii şi colaborau strâns cu teribilele echipe de intervenţieale SAS – Special Air Service. Campania din nordul Africii (1940-1943) a fost câştigată de aliaţi.

„Capcana Ursului" din Afganistan

La 24 decembrie 1979, Uniunea Sovietică a invadat Afganistanul, prin desfăşurarea trupelor Armatei 40 în această ţară. Liderii din URSS, în frunte cu Leonid Brejnev, deciseseră că în Afganistan trebuie să existe o conducere favorabilă Moscovei. În cursul anului 1979, liderii pro-sovietici din Afganistan ceruseră ajutor Kremlinului pentru a înăbuşi revoltele rebelilor insurgenţi numiţi „mujahedini". Acest termen desemnează pe cineva implicat în „Jihad", adică , în traducere simplificată, „Război Sfânt".

Tancuri ruseşti T-55

Un „Vietnam pentru URSS"

Presa internaţională, şi în special cea occidentală, a considerat intervenţia sovietică în Afganistan un fel de „al doilea Vietnam" sau „Vietnamul URSS-ului". Şi asta, pentru că, în pofida desfăşurării de forţe şi a tehnicii militare superioare ale sovieticilor faţă de resursele luptătorilor mujahedini, consecinţele războiului au demonstrat că acel conflict a fost unul care l-a defavorizat pe atacator.

Condamnat la ONU, Războiul din Afganistan a fost văzut de istorici ca pe un apogeu al Războiului rece, întrucât rolul pro-comuniştilor din Afganistan a fost decisiv pentru intervenţia URSS. În acest sens, este edificator să amintim din cine au fost alcătuite taberele beligerante. Uniunea Sovietică a fost aliată cu forţele guvernamentale promoscovite, ajunse la putere cu sprijinul Kremlinului. Tabăra opusă comuniştilor afgani era mult mai complexă, şi anume: mujahedinii sunniţi (numeroase organizaţii militante) sprijiniţi de Pakistan; mujahedinii şiiţi (numeroase organizaţii) sprijiniţi de Iran; ajutor militar şi logistic venit din SUA (inclusiv CIA), Regatul Unit al Marii Britanii, China, Arabia Saudită şi Germania Federală. Se spune că printre cei antrenaţi de anumite organizaţii americane a fost şi Osama Ben Laden, dar asupra acestui subiect vom reveni.

Războiul din Afganistan a durat din 24 decembrie 1979 şi până la 15 februarie 1989, aproape nouă ani şi patru luni. În această perioadă, la conducerea URSS s-au perindat Leonid Brejnev, Yuri Andropov şi Constantin Cernenko. Acesta a murit în 1985 şi la Kremlin a fost instalat Mihail Gorbaciov, care a decis retragerea URSS din Afganistan. Politica de pace a lui Gorbaciov şi „uşurarea Războiului rece" făceau parte din concepţiile sale reformatoare, însă trebuie subliniat că Războiul din Afganistan a consumat enorme resurse ale URSS şi istoricii spun că epuizarea economică a sovieticilor a determinat şi dezmembrarea URSS. Uniunea Sovietică a fost dizolvată la 26 decembrie 1991, creându-se Uniunea Statelor Independente, un fel de Commonwelth rusesc. Aceasta a fost consecinţa esenţială a Războiului din Afganistan, văzută metaforic prin formula „Capcana Ursului".

Mujahedini contra elicoptere

Conflictele nu s-au încheiat

Retragerea trupelor sovietice nu a adus pacea în Afganistan. Războaiele civile din această ţară (denumire acceptată de mulţi istorici) continuă şi astăzi. După „11 septembrie 2001" trupele NATO se luptă cu forţele talibanilor pentru înlăturarea nucleelor terorismului. Osama Ben Laden a fost ucis pe teritoriul Pakistanului, la Abbotabad, la 2 mai 2011.

Astăzi în istorie

3 noiembrie 1901

S-a născut Leopold al III-lea al belgienilor

Membru al Casei dinastice Saxa-Coburg şi Gotta, regele belgienilor Leopold al III-lea s-a născut la 3 noiembrie 1901, la Bruxelles (Brussels). A fost fiul regelui Albert I şi al Elisabethei de Bavaria. Până să acceadă la tron, el a fost prinţ de Brabant şi a studiat la Eton College, Anglia. Prinţul Leopold s-a căsătorit cu prinţesa Astrid a Suediei, la Stockholm, în 1926. Din mariajul lor au rezultat trei copii: Josephine-Charlotte, Baudouin şi Albert.

Leopold al III-lea al belgienilor a acces la tron la 23 februarie 1934. În anul următor s-a produs o tragedie în familia regală: conducând o maşină pe o şosea aflată la ţărmul Lacului Leman (Elveţia), Leopold a pierdut controlul volanului şi automobilul a căzut în apă, iar regina Astrid a murit. Şase ani mai târziu, Leopold se recăsătoreşte cu englezoaica Lilian Baels, dar mariajul acesta din 1941 nu era recunoscut după legile belgiene. Cei doi au avut trei copii, ultimul născut în 1956.

După invazia Germaniei naziste în Belgia, la 10 mai 1940, regele nu a fugit în exil, precum alţi suverani, ci a rămas la Bruxelles, cu toate că guvernul plecase la Londra. În acele vremuri tulburi, Leopold al III-lea a capitulat în faţa nemţilor, la 27

mai 1940. Presa engleză l-a numit „trădător", iar Parlamentul belgian a considerat gestul anticonstituţional. Germanii l-au ţinut sub arest la castel. El chiar s-a întâlnit cu Hitler, pentru a discuta independenţa Belgiei. Este deportat de Himmler în 1944.

În 1946, regele Leopold al III-lea al belgienilor este exonerat de acuzaţia de trădare şi, din cauza divergenţelor privind situaţia lui politică, se decide un referendum. 57 la sută din populaţie a votat pentru întoarcerea lui pe tronul Belgiei. Numai că în 1950 a izbucnit o grevă generală şi ţara se apropia de un război civil. În consecinţă, Leopold al III-lea este nevoit să renunţe la tron în favoarea fiului său Baudouin, la 16 iulie 1950. A murit în 1983.

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Fenomene aerospaţiale neidentificate

Obiecte submersibile neidentificate

În aprilie 2016, la editura Richard Dolan Press din Statele Unite a apărut cartea** „Russia's USO Secrets: Unidentified Submersible Objects" **(Secretele USO ale Rusiei: Obiecte submersibile neidentificate) scrisă de doi cunoscuţi investigatori OZN: Paul Stonehill şi Philip Mantle.

Într-un comentariu făcut acestei cărţi, se reaminteşte ceea ce s-a spus de mai multe ori, şi anume că ştim mai multe despre suprafaţa Lunii decât despre mările şi oceanele planetei noastre. Existenţa USO (sau, în româneşte, OSN – obiecte submersibile neidentificate) este o bună ilustrare a acestei situaţii. De ani de zile, oamenii de pe mare, civili sau militari, au raportat numeroase apariţii surprinzătoare. Multe dintre aceste rapoarte se află în dosarele USO ale marinei sovietice şi ruse. În noua lor carte, Paul Stonehill şi Philip Mantle dezvăluie poveşti despre astfel de întâlniri stranii şi inexplicabile, oferind şi mai multe dovezi, faţă de cele deja cunoscute, că nu suntem singuri şi că ceva neobişnuit îşi manifestă prezenţa permanentă şi în adâncurile marilor întinderi de apă.

Timp de decenii, OZN-urile subacvatice misterioase au fost observate în oceanele şi lacurile Pământului, iar ţara care a făcut cele mai multe astfel de observaţii pare să fi fost Rusia. Comandanţii flotelor militare ale Uniunii Sovietice au asigurat cu grijă secretul subiectului USO, iar acei martori care au încercat să iasă în public cu întâlnirile lor inexplicabile au fost rapid ridiculizaţi şi observaţiile lor au fost demistificate oficial.

Dar, în ciuda acestor eforturi, multe rapoarte USO au devenit publice.

„Înotători" misterioşi

Una dintre cele mai stranii întâlniri subacvatice este cea cunoscută sub denumirea de „înotătorii". În vara anului 1982, Mark Steinberg, împreună cu locotenent-colonelul Ghenadi Zverev (din marina sovietică), efectuau instruirea periodică a scafandrilor de recunoaştere din regiunile militare din Asia Centrală. Unele dintre aceste exerciţii au avut loc în lacul din nord-estul munţilor Tian-şan, cel mare lac din Kârgâzstan şi al doilea lac montan din lume, ca suprafaţă, după Titicaca.

Destul de neaşteptat, ofiţerii s-au pomenit cu vizita unui oficial foarte important, general-maiorul V. Demianenko, comandantul Serviciului de scafandri militari din cadrul trupelor de geniu ale Ministerului Apărării. El a informat ofiţerii locali asupra unui eveniment extraordinar care a avut loc în timpul unor exerciţii similare de formare din regiunile militare Trans-Baikal şi Siberia de Vest.

Acolo, în timpul unor antrenamente de scufundare în Lacul Baikal, militarii s-au trezit faţă în faţă cu nişte fiinţe subacvatice misterioase, foarte asemănătoare oamenilor, cu excepţia faptului că erau mult mai mari – de aproape 3 metri înălţime. În ciuda temperaturii glaciale a apei şi a adâncimii de 50 de metri, aceştia erau îmbrăcaţi în costume argintii strâmte, fără echipament de scafandru, doar cu căşti în formă de sferă care ascundeau capetele lor.

Comandantul militar local, care a fost destul de alarmat de această întâlnire, a decis să pună în aplicare un plan pentru a captura una dintre aceste creaturi. Misiunea urma să fie îndeplinită de un grup special de şapte scafandri, sub comanda unui ofiţer. S-a spus că atunci când militarii sovietici au încercat să prindă o asemenea creatură într-o plasă, o imensă forţă necunoscută a aruncat întregul grup din apele adânci până la suprafaţă.

O altă întâmplare s-a petrecut în luna august 1965, când echipajul navei sovietice Raduga, care naviga în Marea Roşie, a observat un spectacol remarcabil. La aproximativ două mile depărtare de nava lor, o sferă de foc a ţâşnit de sub apă şi a plutit deasupra mării, iluminând suprafaţa ei în toate direcţiile. Diametrul sferei a fost estimat la 60 de metri, iar altitudinea deasupra mării, la 150 de metri. Când sfera a ieşit din adâncuri, după ea s-a înălţat un stâlp gigantic de apă, care s-a prăbuşit câteva clipe mai târziu. Această observaţie a fost menţionată într-un număr de publicaţii ruseşti şi a fost luată foarte în serios de autorităţile sovietice.

Un alt caz interesant este cel din arhivele colonelului Kolchin. În 1965 echipajul unui submarin nuclear sovietic urma să se întâlnească cu o navă în largul Oceanului Atlantic. Ajungând la locul de întâlnire cu o oră şi jumătate înainte de momentul stabilit, căpitanul a permis echipajului să urce pe puntea exterioară. Nu existau nave în zonă; cerul era înstelat şi senin. La un moment dat, marinarii au observat un obiect în formă de trabuc deplasându-se fără zgomot pe cer. Deşi submarinul se afla în ape internaţionale, sovieticii au presupus că aeronava neidentificată ar putea fi americană, deci au decis, în primul moment, să se scufunde. Întrucât însă nu apărea nimic pe radar, căpitanul s-a răzgândit şi au continuat să observe apariţia. Obiectul avea aproximativ 200-250 de metri lungime şi nu avea nici gondole, nici cârme orizontale sau verticale. Nu putea fi deci un dirijabil; oricum, cele utilizate de către forţele aeriene americane erau mult mai mici.

În anii 1970, rapoarte emise de amiralul V.A. Domislovsky, şef al Departamentului de Informaţii al Flotei din Pacific, au descris un obiect cilindric necunoscut, gigantic, observat de marina sovietică, în „regiuni îndepărtate" din Oceanul Pacific.

Obiectul avea lungimea de 800-900 metri. După ce s-a ridicat deasupra oceanului, din unul dintre capetele sale au ieşit obiecte mai mici, aşa cum ies albinele dintr-un stup, apoi acestea au coborât în apele mării. Câtva timp mai târziu, ele au intrat, pe aceeaşi cale, în OZN-ul gigantic. Acesta, „reîncărcat", s-a îndepărtat în zbor şi a dispărut dincolo de orizont.

Discuri volante

La 26 decembrie 2002, tabloidul rus *Jizny* a publicat un interviu despre observaţiile sovietice de OZN-uri cu Evghenii Litvinov, preşedintele din acel moment al Comisiei fenomenelor anormale al Societăţii Geografice Ruse din Sankt Petersburg. Litvinov, fost ofiţer al marinei militare sovietice, a relatat că iniţial nu crezuse în informaţiile privind OZN-urile, care apăreau în diverse publicaţii. Dar în iarna 1979-1980 mai multe incidente au zguduit Flota de Nord, forţând Statul Major General sovietic să ia în serios fenomenul.

Între altele, obiectele neidentificate au vizitat o bază de submarine sovietice de la Dvina de Vest (în apropiere de Riga) în fiecare săptămână, timp de şase luni. Erau nişte apariţii în formă de discuri, care au zburat deasupra zonelor de pregătire a armamentelor, ca şi a unui oraş militar ultrasecret. În timp ce personalul militar observa cu ochiul liber, de la sol, „farfuriile zburătoare", radarele antiaeriene nu înregistrau nimic.

Sovieticii erau îngrijoraţi, încercând să afle natura OZN-urilor care zburau deasupra capetelor lor. Iniţial au suspectat aeronave NATO, dar apoi au fost informaţi că potenţialii adversari nu au o astfel de tehnologie. Pentru a preveni panica, comandanţii au spus militarilor din subordine că OZN-urile observate erau de fapt nave fabricate de sovietici şi că au asistat la nişte teste în curs de desfăşurare...

Expertul rus în informaţii navale căpitanul de rangul 1 Igor Barklay a remarcat faptul că obiectele neidentificate au fost reperate cel mai adesea în apele adânci din apropierea locurilor în care erau concentrate forţe militare – în largul insulelor Bahamas, Bermude, Puerto Rico şi a coastei de est a Statelor Unite.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Un alt fel de fantome

Dacă tot am ales să ne referim la strania lume de dincolo de realitatea palpabilă, cea a fantomelor, e bine să recunoaştem că niciun muritor nu poate şti cu certitudine ce sunt aceste entităţi, de fapt, şi cu atât mai puţin dacă şi ele, la fel ca oamenii vii, pot fi categorisite după diverse criterii. Totuşi, în accepţiunea curentă, ştim că fantoma ar fi o apariţie imaterială, cu contururi şi durată în timp relative, înfricoşătoare pentru muritori, indiferent că este malefică sau bine-intenţionată. Putem vorbi, însă şi despre alte „tipuri" de fantome? Cu numeroasele rezerve de rigoare, am spune că da.

Copilul din capsula timpului

Pentru cine nu ştie, ceea ce se denumeşte prin sintagma „capsula timpului" se referă la un recipient vechi de zeci sau sute de ani, în care au fost introduse şi păstrate astfel în afara acţiunii distructive a scurgerii anilor diverse vestigii materiale din vremea în care respectivul vas a fost ascuns. Un asemenea obiect neobişnuit a fost descoperit în SUA, mai precis în apropierea unei şcoli primare din Albuquerque, New Mexico. Muncitorii care au găsit caseta în timpul unor săpături pe un şantier de construcţii nu au fost de prima dată impresionaţi de aceasta; de altfel, în asemenea lucrări se întâmplă frecvent să fie dezgropate diverse lucruri mai puţin obişnuite. Nici măcar faptul că recipientul conţinea un teanc de scrisori nu a avut darul să impresioneze, iar datarea lor exactă – anul 1968 – ar fi putut să arunce în derizoriu descoperirea, dată fiind „etatea" comparabilă cu aceea a unui om ajuns către pragul vârstei a treia.

Cineva a avut însă curiozitatea să afle ce conţineau acele scrisori, iar dacă la început totul părea o glumă infantilă, ulterior, anumite indicii au dat multora fiori de groază. În general, scrisorile adresate generaţiilor viitoare erau redactate de copii care povesteau despre emisiunile lor tv preferate şi gusturile muzicale.

Un singur mesaj se deosebea de celelalte. Iată ce scria, printre altele, presupusul copil: „Se vor trezi din nou sălbaticii (...) Eu sunt mort. Mă duc la şcoala Montgomery. Acesta este vechiul nume al şcolii. M-am născut în anul 1900 (...) Pasiunea mea este să-i sperii pe poliţişti. Eu cânt la chitară. Dacă nu ştiaţi, e o cutie de lemn cu corzi (...) Am 10 ani. Se vor trezi din nou sălbaticii..." Bizarele cuvinte erau chiar semnate de un anume Greg Lee Youngman. Ulterior, s-au făcut cercetări destul de aprofundate, însă nu a putut fi identificată o persoană care să fi purtat acest nume ori vreun „ciudat" care să se distreze şicanând poliţia.

Insula păpuşilor spânzurate

Imaginaţi-vă sute de ochi fără viaţă fixaţi asupra voastră! E mai mult decât neliniştitor, acest cadru ce nu e desprins din vreun film horror dă fiori de groază. Vorbim despre Islas de las Muñecas („Insula Păpuşilor"), din vecinătatea capitalei Mexicului, considerată unul dintre cele mai terifiante locuri de pe planetă. Sunt aici sute de păpuşi vechi spânzurate de arbori, case, garduri şi în alte locuri stranii. Decapitate, dezmembrate, unele chiar scalpate, obiectele care la origine vor fi fost jucării par să arunce priviri ameninţătoare vizitatorilor amatori de bizar şi de morbid. Iar sentimentul nu e chiar neîntemeiat.

Legenda spune că toate aceste păpuşi sunt posedate de spiritul unei fetiţe înecate în largul insulei, a cărei moarte a rămas acoperită de mister. Cel care le-a atârnat pe toată insula e chiar fostul proprietar al acesteia, Julian Santana Barrera, ca omagiu adus fetiţei înecate, cu scopul de a-i îmblânzi spiritul cel neodihnit. Ulterior, în anul 2001, un accident tragic şi misterios a dus la dispariţia bărbatului, care a fost găsit şi el înecat, din motive rămase neelucidate.

După straniul eveniment, mai multe firme de turism au inclusă în program vizitarea Insulei Păpuşilor, curioşii fiind conduşi în zonele cele mai înfricoşătoare. Unii dintre ei s-au declarat convinşi că au văzut aievea păpuşi care se mişcau, clipeau din ochii morţi şi chiar rosteau în şoaptă ceva ce semăna cu o incantaţie. Iar asta se întâmpla la lumina zilei, dar cine poate şti ce se întâmplă aici în timpul nopţii?!...

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

E bine de știut

Simptome care vă pot alarma

Hipertensiunea arterială, între anumite valori, și accidentul vascular cerebral reprezintă maladii în cazul cărora trebuie să vă adresați de urgență medicului. Din acest motiv e bine de știut care sunt simptomele ce ar trebui să vă îngrijoreze. Stări de amorțeală, slăbiciune sau paralizie a feței, brațului sau piciorului, tulburări de vedere sau pierderea vederii pot anunța un posibil accident vascular cerebral hemoragic. De asemenea, pot să apară confuzii, tulburări de vorbire, amețeală, pierderea echilibrului sau a coordonării, dureri de cap.

Simptomele AVC ischemic apar, de obicei, în jumătatea corpului din partea opusă zonei din creier în care este cheagul. Simptomele pot progresa în curs de câteva minute, ore sau zile, în mod treptat. Dar, în cazul în care accidentul vascular cerebral este provocat de un cheag de sânge mare simptomele apar brusc, în decurs de câteva secunde.

Pentru a evita astfel de maladii e bine să vă supravegheați greutatea, să evitați stresul, să eliminați cafeaua, alcoolul și fumatul. Acestea cresc tensiunea arterială și riscul de a face AVC. Reduceți sarea din alimentație, mâncați multe fructe și legume ce conțin antioxidanți, care ajută la menținerea elasticității arterelor. La fel de importantă este și mișcarea făcută zilnic.

Dr. VALERIU MANTA

Mantourile iernii

În materie de mantouri, în această iarnă totul este permis ca lungime, culoare sau linie. Coexistă cele scurte, cu lungimea deasupra genunchilor, cu cele midi. De asemenea, cele ecosez, ușor evazate, la două rânduri de nasturi, sunt la fel de moderne precum cele din casa, în tonuri închise, de griuri sau maro. Accesoriile, respectiv gențile și pantofii, fie au o notă masculină, fie sunt extrem de rafinate.

Pentru dumneavoastră, doamnă

De sezon: învingeți răceala în 24 de ore!

Se știe de câțiva zeci de ani că deficitul de vitamina C poate duce la răceli și infecții în orice anotimp, dar mai des în cel friguros. Lipsa vitaminei C face ca sistemul imunitar să nu funcționeze prea bine fără acest antioxidant.

Mai mult, vitamina C se prescrie deseori și ca parte a tratamentului pentru răceală. Dar de ce să luăm medicamente, când există un mod delicios de a scăpa rapid de răceală consumând fructe?!

Unii medici prescriu, în special copiilor și vârstnicilor, cât mai multă vitamina C în sezonul rece, în speranța evitării răcelilor. Pe termen scurt, suplimentarea cu minerale și vitamine poate revigora sistemul imunitar, însă pe termen lung nu se poate menține un echilibru imunitar fără nutriție adecvată. Așadar, avem nevoie de vitamina C din alimente.

Cercetători din Noua Zeelandă au testat piureul de kiwi în laborator și au constatat că acesta stimulează activitatea celulelor care ucid infecțiile. Ce se întâmplă oare când testăm kiwi pe oameni?

Un alt studiu a oferit răspunsul: consumul de kiwi auriu reduce într-adevăr severitatea și durata simptomelor infecțiilor respiratorii ale tractului superior (răceala, cu alte cuvinte și nu oricum, ci de 5 ori). Detaliile ne sunt oferite de medicul nutriționist dr. Cristian Panaite.

Studiul a fost realizat pe persoane mai în vârstă, pentru că acestea sunt mai susceptibile să sufere mai frecvent și mai intens de răceală. Subiecții au fost împărțiți în două grupuri: unul a consumat 2 banane pe zi, iar celălalt 4 kiwi pe zi timp de o lună, apoi în luna următoare au făcut schimb de fructe.

Motivul pentru care bananele au fost „placebo" a fost acela de a oferi o alternativă cu număr similar de calorii, dar valoarea nutritivă mai mică. Kiwi auriu are de 18,5 ori mai multă vitamina C decât bananele. Nu e de mirare că studiul a constatat că, deși nu scad incidența răcelilor, fructele de kiwi au redus severitatea și durata durerilor de cap și de gât ale consumatorilor la doar o zi, maximum două, comparativ cu cei care au consumat banane și care au suferit timp de 5 zile!

Copiii mici sunt un alt grup expus răcelilor, îmbolnăvindu-se de 4-6 ori pe an, incidență aproape dublă față de adulți. Același studiu cu kiwi și banane a fost repetat și pe preșcolari. Simptomele consumatorilor de kiwi au fost reduse semnificativ în intensitate și durată. Însă uimitor a fost că s-au îmbolnăvit mai puțini. Mai precis, riscurile ca aceștia să sufere de răceală sau gripă s-au redus cu 45%! Nu există un studiu despre consumul zilnic de kiwi care să fi ajuns la concluzia că acest fruct este rețeta noastră zilnică de sănătate. „Comparativ cu alte fructe consumate în mod obișnuit, kiwi verde și kiwi auriu sunt extrem de bogate în vitaminele C, E și K, acid folic, carotenoizi, potasiu, fibre, fitochimicale și acționează în sinergie pentru multiple beneficii asupra sănătății." Printre beneficii sunt amintite scăderea colesterolului, a tensiunii arteriale și a trigliceridelor, precum și reglarea digestiei.

„Ca sursă bogată de antioxidanți, aceste fructe pot proteja organismul de daune oxidative endogene. Kiwi poate susține funcția imunitară să reducă incidența și severitatea bolilor precum răceala și gripa, în grupurile de risc, cum ar fi persoanele în vârstă și copiii", mai subliniază cercetătorii.

În sezonul rece avem la dispoziție mai puține fructe autohtone și mai multe exotice. Și se pare că fructele de kiwi, de 5 ori mai bogate în vitamina C decât bananele, constituie cea mai bună opțiune pentru ca sistemul nostru imunitar să lupte eficient cu răceala și să ne scape de ea într-o zi sau două.

Gastronomice

Salată de țelină cu măsline

1 kg țelină, 250 g ceapă, o lingură bulion, 150 ml ulei, 150 g măsline, o legătură pătrunjel verde, 1/2 lămâie, sare.

Țelina se curăță, se taie felii și se prăjește în ulei. Separat, se face un sos preparat din ceapa tăiată mărunt și înăbușită, bulionul diluat cu puțină apă, felii de lămâie curățate de coajă și măsline opărite. În acest sos se pune țelina și se fierbe la foc domol, circa 30-40 de minute. Se potrivește de sare. Când preparatul este gata se presară deasupra vedeața tocată.

Roșii prăjite

500 g roșii, 3 linguri ulei, o lingură făină, o legătură pătrunjel verde, sare, 3-4 căței de usturoi.

Se aleg roșii mari, se spală, se taie în felii rotunde potrivit de groase și se lasă cu sare circa 20 minute. Se dau prin făină și se prăjesc în ulei încins, pe amândouă părțile. Pătrunjelul tocat se presară peste ele. Se servesc calde sau reci. Eventual, se poate pregăti mujdei de usturoi, cu care să se stropească roșiile când sunt gata.

Ton cu orez

1 cutie mică de ton, 200 g orez, 50 ml ulei, 2 linguriță oțet, 2 roșii mici, 1 gogoșar, 1/2 ceapă, sare, piper.

Orezul se fierbe și se scurge, se amestecă cu peștele. Se adaugă ceapa tocată mărunt, ulei și oțet. Roșiile tăiate felii și gogoșarii se întrebuințează ca ornament.

Sufleu cu brânză

50 g unt, 50 g făină, 300 ml lapte, 4 ouă, 100 g brânză telemea, muștar, piper, parmezan.

Se unge un vas Jena cu puțin unt. Într-o cratiță se topește restul de unt, se presară făina, apoi se adaugă laptele, amestecându-se continuu, până se obține un sos gros. Se ia cratița de pe foc. Se dă brânza pe răzătoare, se separă albușurile de gălbenușuri și se bat albușurile spumă tare. Se adaugă gălbenușurile în sosul ce s-a răcit, se amestecă bine, apoi se adaugă și brânza, muștarul, condimentele și, cu grijă, albușurile. Se răstoarnă sufleul în vasul Jena, se presară deasupra parmezan și se coace timp de 20 de minute. Se servește fierbinte.

Dosarele frumuseții

Sfaturi utile pentru un ten catifelat

Vă întrebați care sunt factorii care îmbătrânesc prematur pielea? Cercetătorii spun că sunt implicate elemente legate de stres, o alimentație neadecvată, fumat sau lipsa de mișcare. Consumul a 2 litri de apă pe zi, mesele cât mai echilibrate, bazate pe multe legume, pe verdețuri și fructe protejează în schimb țesuturile și le fac mai elastice, datorită conținutului bogat în antioxidanți.

La fel de nocivă este și neglijența legată de demachiere. O piele îmbâcsită de farduri nu poate respira bine peste noapte, condiție indispensabilă pentru menținerea vitalității, prospețimii și suppleței tenului. Așadar, nu vă culcați niciodată înainte de a vă demachia atent.

Pentru a avea un ten catifelat, luminos, fără imperfecțiuni, înlăturați punctele negre folosind un gel de curățare cu particule abrazive. Gomajul trebuie efectuat cu regularitate, știind că la fiecare 24 de ore pielea se acoperă cu un strat nou de celule moarte.

Pentru menținerea tinereții, tenul are nevoie și de un program complet de hidratare. Astfel, în fiecare dimineață și seară, pe pielea perfect curată se aplică o cremă hidratantă, pe bază de vitamine, în special A, E și C. Crema va forma un film hidrolipidic la suprafața pielii, fapt ce va permite retenția apei. Seara, înainte de culcare, folosiți întotdeauna produse cosmetice pentru noapte.

Buzele și zona ochilor au nevoie de o îngrijire specială. Pentru buze se recomandă un balsam pe bază de vitamine.

Pielea din jurul ochilor este hidratată cel mai bine de uleiul de migdale dulci și de untul de shea.

Pagina realizată de **ECATERINA BĂTRÂNEANU**

Cei care aleargă printre nori

Populaţia ***tarahumara,*** din Sierra Madre Occidentale, la vest de Chihuahua, Mexic, are reputaţia de cea mai rapidă de pe planetă. La fel cum piticii din basme au un sat al lor în mijlocul pădurii, cu case din ciuperci, aceşti oameni au o mică ţară întinsă între platouri înalte de până la 2.000 de metri şi canioane adânci. Numele le-a fost dat de primii misionari, fiind de fapt o deformare a cuvântului *raramuri*, care în limba lor înseamnă „picioarele care aleargă".

Puterea de neînvins a decenţei

De peste cinci veacuri, tarahumara rezistă civilizaţiei de tip occidental, poate şi pentru că ultima dată când s-au deschis străinilor aceştia i-au supus cu brutalitate, apoi le-au înălţat capetele în suliţe, la trei metri, spre cer. Izolaţi de lume printre nori, ei aparţin unei civilizaţii lente în care guvernează discreţia, timiditatea instituţionalizată, dar şi o strategie a fugii. Nu de puţine ori, ei le-au răspuns agresorilor efectiv punându-şi picioarele la treabă. Alergau atât de rapid, readunându-se apoi în alt loc, încât nimeni dintre urmăritori nu se puteau apropia de ei. De atunci, trăiesc izolaţi în lumea lor de piatră şi văzduh, departe de bandiţii şi dezaxaţii Americii, de mistici şi jaguari sângeroşi, de războinici ai altor populaţii şi narcotraficanţi feroce. Poate şi de aceea li se spune „tribul-fantomă".

Vivacitate şi miracol nepământean

Modeştii tarahumara sunt fascinanţi. Puţin câte puţin, ei au rezolvat probleme umane pe care mulţi le consideră imposibil de eradicat – de la ştergerea din conştiinţa colectivă a ceea ce înseamnă ură, până la bolile cardiovasculare şi efectele gazelor cu efect de seră. Ei nu ştiu nici ce e crima ori războiul, hoţia şi obezitatea, pedofilia şi hipertensiunea, corupţia, diabetul, depresia... Adică nimic din ceea ce astăzi reprezintă repere dramatice ale societăţii moderne considerate avansată. Cum se explică un asemenea miracol parcă nepământean? Închipuiţi-vă că bărbaţii de 50 de ani aleargă mai rapid decât adolescenţii, iar cei de 80 de ani încă ar face faţă cu brio unui maraton, şi veţi înţelege!

S-ar crede că astfel sunt obligaţi la un mod de viaţă extrem de disciplinat şi auster, dar nu e deloc aşa. Aceşti oameni nu sunt nici asceţi, nici vegetarieni, nici călugări, în schimb poartă în ei o bucurie a vieţii şi un optimism supraumane. Totodată, sunt capabili să bea fără să clipească redutabila „lechuguilla" (un fel de tequilla din cactus şi venin de şarpe), iar o dată pe săptămână se adună şi beau tesgüino (bere de porumb) până la limita „plinului", după care se întrec în curse pe jos pe cărările montane, timp de două zile. Aceste petreceri colective sunt, de fapt, un fel de supapă pentru evacuarea emoţiilor explozive, resentimentelor, a oricăror trăiri negative, lăsând loc cu generozitate pentru tot ce poate fi luminos în fiinţa umană. Poate că nu e o întâmplare că nu de puţine ori, atunci când în comunitate se nasc copii cu tatăl neidentificat, aceştia primesc numele curcubeului...

* * *

În rândurile populaţiei tarahumara există bărbaţi care, la deplasările în zone montane pe distanţe lungi, nu pot fi întrecuţi nici măcar de cai. Pentru aceştia, problemele de sănătate şi necazurile de tot felul, caracteristicile omului contemporan, sunt inexistente. Să fie oare, aici, un secret? Poate: ei trăiesc aproape la fel ca omul cavernelor şi umblă permanent desculţi sau, cel mult, încălţaţi cu sandale subţiri de piele. Şi sunt cu-adevărat fericiţi.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 de locuri de văzut în România

Cetatea Zânelor

Construită cu peste două mii de ani în urmă, Cetatea Zânelor de la Covsna constituie una dintre cele mai mari şi mai bine păstrate cetăţi dacice din afara Munţilor Orăştiei. Primele săpături care au scos la lumină rămăşiţele cetăţii au fost realizate în perioada 1942-1943 de către cercetătorul clujean Alexandru Ferenczi, cel care a datat-o cronologic.

Vreme de câteva secole, construcţia a fost un adevărat centru militar, politic şi religios al zonei, cu un rol foarte important în sistemul defensiv al Daciei din vremea lui Decebal. Prin modul în care a fost construită – şi aici avem în vedere în special poziţia, sistemul de fortificare şi amenajare a teraselor în jurul muntelui – cetatea este unicat în întreaga lume dacică. Este situată nu departe de oraşul Covasna, între Pârâul Cetăţii şi Pârâul Mişca, fiind înconjurată din trei părţi de piscuri mai înalte, care-i asigurau protecţia. Nici inamicii, nici stihiile naturii nu puteau să biruie acest adevărat „cuib de vulturi" cum au denumit-o istoricii vremii.

Poziţia strategică a cetăţii este excelentă, permiţându-i o bună comunicare cu celelalte cetăţi din zonă. Pantele de vest şi de nord-vest ale muntelui pe care se află cetatea coboară în valea Covasnei, având o largă deschidere spre zona depresionară. Aici se observă mai multe terase tăiate în stâncă, amenajate în Antichitate. Despre Cetatea Zânelor s-a spus, ca de altfel despre toate construcţiile dacice, că ar deţine comori nebănuite.

Aceasta a fost motivul pentru care mai bine de trei decenii locul i-a atras în special pe căutătorii de comori, care au făcut aici săpături în speranţa că astfel vor deveni bogaţi. Nimeni nu a descoperit marele tezaur, în schimb cei mai câştigaţi sunt turiştii, care pot vedea aici o veritabilă comoară de frumuseţe naturală şi pricepere umană...

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualităţii

Biserica de lemn din Grămeşti

Aflată în cătunul Grămeşti, satul Pietreni, judeţul Dâmboviţa, biserica de lemn cu hramul „Adormirea Maicii Domnului" este cea mai veche biserică a localităţii.

Este ctitoria mitropolitului Ştefan al Ţării Româneşti, care şi-a petrecut pe aceste locuri anii tinereţii. Biserica a fost construită pe fundaţiile unui aşezământ mai vechi şi este a doua ctitorie a mitropolitului. Inscripţia este datată cu anul 1773 era bizantină, ceea ce corespunde anului 1664 de la naşterea lui Hristos. Ridicată pe un soclu înalt de calcar, seamănă cu o casă boierească şi se remarcă prin rafinamentul îmbinărilor şi decoraţiilor dulghereşti.

Înscrisă din 2004 pe noua listă a monumentelor istorice, biserica este construită după un plan arhaic foarte rar întâlnit în Ţara Românească. Nu are turlă şi nici clopotniţă şi a fost concepută sub formă de navă cu lungimea de 15 metri, lăţimea şi înălţimea de câte 6 metri fiecare.

Pereţii sunt din lemn de stejar, grinzile fiind îmbinate în coadă de rândunică, iar scândurile prinse în cuie de lemn ca la bisericile din nordul ţării.

Biserica prezintă pridvor, tindă, naos şi altar în retrageri succesive, o serie de inscripţii pe pereţii exteriori şi icoane de bună calitate în interior, la care se adaugă portretul ctitorului.

Pridvorul deschis este susţinut de nouă stâlpi în patru laturi, împodobite cu capiteluri dorice. Este pardosit cu piatră de râu, iar deasupra uşii de la intrare în pronaos este plasată pisania încrustată în lemn. În pridvor se ajunge urcând o scară de piatră plasată în partea dreaptă.

Biserica a fost pictată de zugravul Bogdan în jurul lui 1668 şi de popa Stan în 1689. Bogdan, zugravul local, a ridicat icoanele împărăteşti în 1666 şi pe cele mai mici în 1668 când s-a semnat chiar pe una dintre ele.

Lucrarea este realizată în tempera, „pe un strat de preparaţie realizat din îmbrăcarea suportului de lemn cu pergament". Ultima contribuţie a fost adusă aici de către zugravul Gheorghe, care a pictat în 1779 o icoană a Maicii Domnului.

Catapeteasma are baza de zid, iar restul este din lemn. Icoanele împărăteşti datează din anii 1665-1666, dar uşile împărăteşti sunt de dată mult mai recentă, fiind terminate abia în 1802.

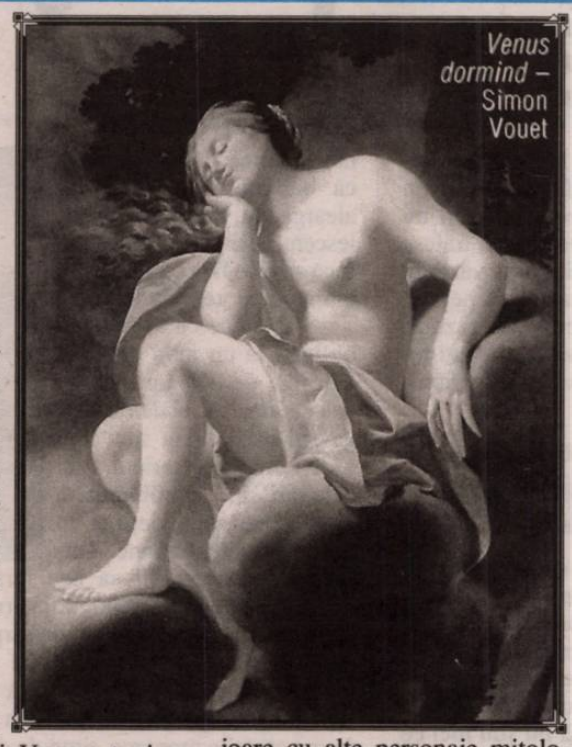
Cea mai importantă restaurare a fost făcută în 1938, iar în pronaos se distinge, din vechea lucrare, portretul votiv al mitropolitului Ştefan. Biserica din Grămeşti se distinge faţă de alte locuri ctitorite de mici boieri de ţară, obşti de moşneni sau clăcaşi prin nivelul calitativ al dulgheritului şi al înzestrării interioare.

Aşezată într-un decor de basm, în apropierea munţilor şi a pădurilor, biserica din Grămeşti rămâne un monument de arhitectură bisericească discretă, cu un farmec aparte reflectând în egală măsură dragostea de frumos şi credinţa în Cele Sfinte.

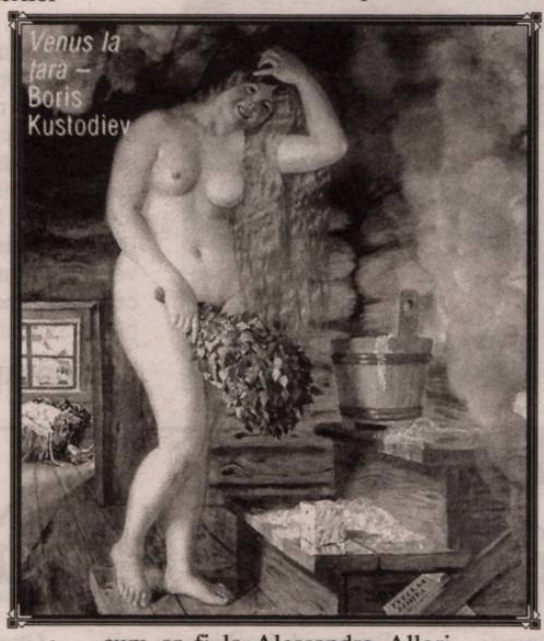
IRINA STOICA

Apogeul frumuseţii

De la statuile Antichităţii şi până spre finele Renaşterii, a fost de neconceput un nud care să nu aparţină unei divinităţi. Abia după secolul XVII splendoarea feminină în artă putea aparţine şi unei muritoare – de obicei soţia sau iubita pictorului –, despuiată de orice prejudecăţi. Şi de veşminte...


Venus dormind – Simon Vouet

Muză incontestabilă pentru erotismul gingaş al clasicilor şi pentru cel ostentativ al modernistilor, Venus a fost inspiratoarea uneia dintre cele mai înflăcărate legende ale păcatului dedicat plăcerilor carnale. Este vorba despre mult-invidiatul Tannhäuser şi a sa lume a lui Venus (numită Venusberg), ascunsă în străfundurile munţilor legendari ai Germaniei. Demonstrând că Evul Mediu nu permitea o Venus expusă tuturor, trubadurul şi cavalerul Tannhäuser trăieşte în paradisul femeilor venusiene, apoi se duce la Roma şi cere iertare papei Urban al IV-lea. Povestea spune că papa ar fi replicat: „Vei fi iertat când va înverzi sceptrul meu de lemn". Eroul a plecat mâhnit. După trei zile a înflorit bastonul papal, dar Tannhäuser nu a mai fost de găsit. Se retrăsese pentru restul vieţii în Venusberg, ţara unde Venus şi însoţitoarele ei se lasă adorate de păcătoşii muritori.


Venus la ţară – Boris Kustodiev

În puţine reprezentări ale barocului, Venus este singură în intimitate. Cel mai adesea o însoţeşte Cupidon – cum ar fi la Alessandro Allori (1535-1607), iar unii dintre marii maeştri au căutat să o înconjoare cu alte personaje mitologice, femei şi bărbaţi. În astfel de împrejurări, pictorii s-au străduit să facă o diferenţă semnificativă între frumuseţea lui Venus şi cea a altor prezenţe feminine – cum a făcut Rubens când a asociat-o cu Ceres. Pentru alţi artişti, Venus trebuia să fie prezentată într-o poziţie de maximă senzualitate, care să o transforme într-o femeie fatală. O astfel de scenă întâlnim la Sebastiano Ricci (1659-1734), la care Satyrul tânjeşte fără scrupule după dragoste.

Venus şi Cupidon – Alessandro Allori

Există şi arhetipul numit „Venus de la ţară". Doi pictori ai acestei idei au fost Boris Kustodiev (1878-1927) şi germanul Sepp Hilz (1906-1967), care i-a vândut două tablouri şi lui Hilter. La Kustodiev, ţărăncuţa-Venus este trupeşă, veselă, abia ieşită din covată. La Hilz, provinciala Venus are un trup mai rafinat şi este melancolică, iar singurul veşmânt este şoseta de lână. Este o Venus îngândurată pentru că nu şi-a găsit încă ursitul, spre deosebire de Venus a lui Kustodiev, care este veselă şi plină de vioiciune de parcă o curtează tot satul şi ea îi ţine pe toţi pe jar... Privind-o pe această zeiţă uşor somnoroasă şi indiferentă la lumea din jur, ai putea crede că nu e o fată de măritat, ci una de pus în icoană.

Laika şi gravitaţia

Căţeluşa Laika, culeasă de pe străzile Moscovei, a fost prima fiinţă care a pătruns în spaţiul cosmic, ea fiind trimisă în misiune de testare cu nava sovietică Sputnik 2, la 3 noiembrie 1957. Laika a murit de hipotermie, iar racheta nu era programată să se întoarcă pe Terra. Abia din 2008, ea are un mic monument la Moscova.

ZIGZAG în timp şi spaţiu

• Singurătatea şi epoca modernă

Poate fi singurătatea o tradiţie în epoca modernă? Studiul de mare impact public, realizat de sociologul Bert Sperling, arată că mişcările feministe de mare amploare de după anii 60 ai secolului trecut

au condus la apariţia femeii de carieră, pe de o parte, şi a femeii „prea sărace ca să-şi permită un soţ". Se pare că tradiţia a fost forţată să apară datorită celui de-al Doilea Război Mondial, când văduvele deţineau un procent ridicat în viaţa socială. De asemenea, instabilitatea sentimentală a bărbaţilor – în continuă creştere în societăţile de consum, în rândul clasei mijlocii – determină femeile să aibă o mai mare grijă pentru independenţa lor financiară.

• De ce „solist"?

Marile zone metropolitane ale SUA deţin recordul singurătăţii: San Francisco, Detroit, New York, Boston, Los Angeles se află printre aglomeraţiile urbane unde procentajul femeilor singure (mame sau nu) se apropie de 50 la sută. Astfel, în oraşele mari şi medii, multe femei au şi două slujbe şi nu concep să profite vreun bărbat de pe urma muncii lor. Odată ajunse la un anumit nivel de trai, ele îşi permit să nască un copil fără să se gândească la mariaj. La polul opus se află femeile cu nivel de trai scăzut, care nu sunt dorite ca neveste sau care sunt neveste, dar sunt abandonate în timp.

O altă cauză a situaţiei numite generic „solo" este prelungirea studiilor în vederea alcătuirii unui CV bogat, care să favorizeze o angajare rapidă la un salariu acceptabil. În acest sens, bărbaţii şi femeile se află pe aceeaşi treaptă a ambiţiilor. La fel de importantă ca pondere este categoria divorţaţilor. Unul dintre motivele principale este scăderea bruscă a veniturilor familiale (în caz de concediere); dar la fel de importantă este şi obligaţia profesională de a schimba localitatea de reşedinţă, fapt care creează disconfort familial, infidelitate, abandonul copiilor etc.

Scumpirea vieţii este, în general, un factor decisiv în alegerea „carierei solo", căci a trăi singur este pe cale să devină o profesie. Cetăţenii ţărilor occidentale sunt din ce în ce mai convinşi că singurătatea îi ajută să se descurce mai uşor. Un factor mai puţin important, dar prezent în statistici, este legătura financiară dintre părinţi şi copii. O familie înstărită nu va accepta uşor ca fiul sau fiica să-şi degradeze situaţia materială printr-o căsătorie „inegală".

Una dintre consecinţele „la vedere" a acestei situaţii alarmante (scade natalitatea) este fenomenul numit „doamnele nopţii". În mod surprinzător, numărul femeilor care frecventează barurile şi cluburile de noapte creşte galopant, dar nu în vederea mariajului, ci pentru o aventură discretă şi efemeră, fără „obligaţii"...

Pagina realizată de
PAUL IOAN

Munţi de bani

Nu cred că-şi poate imagina cineva cum ar fi să aibă la picioare o movilă de bancnote pentru uz personal... Doar secvenţele din filme ne mai pot ajuta.

Cea mai mare spargere a unei bănci din Brazilia (şi una dintre cele mai mari lovituri din lume) a constat în furtul unei cantităţi de 3,5 tone de bancnote de câte 50 de reali sau aproximativ 70 de milioane de dolari. Banii se aflau în cinci containere şi „extragerea" a fost descoperită după 48 de ore. Cum a fost posibil? Băieţii au acţionat inteligent doar până la un punct. Au deschis o firmă de amenajare a spaţiilor verzi şi în fiecare zi, 8-10 bărbaţi erau văzuţi cărând pământ cu camionul. Pământul provenea de la tunelul pe care-l săpau la adâncimea de 4 metri, cu mijloace sofisticate ca eficienţă şi zgomot redus. În patru luni, tunelul de 78 de metri lungime şi 70 de centimetri diametru a fost gata. Au aşteptat începutul weekendului şi apoi au spart zidul de 1,1 metri grosime al fundaţiei. Şi cum tunelul era prevăzut cu o şină de plastic, niciun sunet nu a ajuns la suprafaţă. Deplasarea celor cinci containere a fost o joacă. Făptaşii s-au împrăştiat prin ţară şi abia luni dimineaţă a fost descoperit pocinogul. Era 7 august 2005.

Marea majoritate a infractorilor a fost prinsă în câteva luni, unii chiar după trei zile. Unde greşiseră băieţii? Vecinii îi cunoşteau pe cei nou-mutaţi în blocul din apropierea băncii. În al doilea rând, unii dintre ei nu s-au grăbit să părăsească ţara. Pe de altă parte, cea mai mare greşeală a fost una de-a dreptul fatală: prieteni sau rude au aflat de îmbogăţirea rapidă a spărgătorilor şi astfel au fost stimulate răpirile pentru răscumpărări fabuloase. Patru sau cinci bandiţi au fost răpiţi „de urgenţă" şi rudele lor chiar au apucat să plătească răscumpărările, dar pe fir a intrat poliţia. Astfel, capii acţiunii au fost găsiţi executaţi în diverse locuri, dar nici urmă de criminali.

Practic, acest jaf uluitor s-a transformat într-un dezastru pentru cei mai mulţi făptaşi. De asemenea, la lista greşelilor se adaugă una de începători: pentru a avea drept ajutor nişte creiere luminate, ei au răpit iniţial un inginer şi un geolog, pentru că aceştia nu voiseră să colaboreze de bună voie pentru a rezolva problemele tehnice ale operaţiunii. Familiile acestora deja alertaseră poliţia, dar nu li se dăduse de urmă. Cu toate eforturile, statul brazilian nu a reuşit să recupereze 61 de milioane de dolari, bani care sunt cheltuiţi, probabil, de cei din bandă care au apucat să părăsească ţara. Echipa prea numeroasă şi prea lacomă a fost motivul prăbuşirii afacerii. Totuşi, avantajul celor care au scăpat este că bancnotele nu fuseseră înregistrate, considerându-se că depozitul era sigur.

Ştiaţi că...

◆ ...lime-ul (lămâia verde) este folosită din ce în ce mai frecvent pentru calităţile ei nutritive? Este însă toxică pentru câini.

◆ ...„peştele-balon" îşi trage numele de la faptul că se umflă? O face pentru a speria duşmanul.

◆ ...veverițele se apără de frig într-un mod original? Îşi înfăşoară coada în jurul corpului.

◆ ...nucul îşi are originea în Estul îndepărtat şi în Himalaya? A fost adus în Europa de romani şi s-a răspândit în toată lumea.

◆ ...flacăra unei lumânări care arde ajunge la o temperatură foarte mare? Poate atinge chiar 1000ºC.

◆ ...Pământul este lovit de fulgere în întreaga lume? Se aproximează că numărul acestora este de circa 360 pe minut.

◆ ...cel mai mare vulcan de pe Terra este Mauna Loa din Hawaii? Atinge 15,2 km de la bază, aflată sub nivelul mării, până la vârf.

◆ ...cea mai mare viteză de vânt pe Terra a fost de 513 km/h? A fost atinsă în mai 1999 în Oklahoma, în timpul unei tornade.

Ştiaţi că...

Cea mai vestită pagodă din Yangon, Myanmar, este cunoscută şi sub numele de Marea Pagodă Dagon sau Pagoda de Aur. Vestit locaş de rugăciune budist, aceasta este o stupă aurită, conţinând importante relicve, de o uriaşă importanţă pentru credincioşii care vin să se închine aici.

Marea Pagodă Dagon

Nu se cunoaşte exact anul ridicării ei, dar, conform istoricilor şi dovezilor arheologice, se pare că a fost construită în secolul al VI-lea d.Hr. Unele legende o consideră însă mult mai veche, fixându-i începuturile cu mai bine de 2600 de ani în urmă. Conform acestora, ea ar fi cea mai veche stupă din lume şi totul ar fi început din momentul în care doi fraţi negustori din Balkh (Afganistanul de astăzi) s-ar fi întâlnit în drumurile lor cu Gautama Buddha. Iluminatul le-a oferit opt fire din propriul său păr şi cei doi fraţi le-au dus la Burma, oferindu-le regelui Okkalapa, care mai deţinea şi alte relicve aparţinând unor Buddha anteriori lui Gautama.

Se spune că în momentul în care regele a deschis caseta de aur în care se aflau cele opt fire de păr s-au întâmplat mai multe minuni. Firele au emanat raze strălucitoare, pământul s-a cutremurat, orbii şi-au recăpătat vederea, surzii au început să audă, muţii au vorbit clar, fulgere au străbătut cerul şi toţi pomii din Himalaya s-au încărcat de fructe şi flori, deşi nu era timpul potrivit. Se mai spune că seiful este păzit de săbii zburătoare.

Pagoda pare construită din aur, dar de fapt este din cărămidă acoperită cu plăci din nobilul metal. În secolul al XV-lea regina Shinsawbu a donat templului o cantitate de aur egală cu propria ei greutate. Din acest aur s-au modelat bucăţile folosite pentru acoperişul pagodei. Este o poveste pe cât de frumoasă pe atât de reală.

Numeroasele cutremure şi incendiile au cauzat mari distrugeri pagodei, care a fost reconstruită în câteva rânduri. Are înălţimea de 29 de metri şi o parte a vârfului, de numai 10 metri, este împodobită cu 1500 de clopote de aur şi argint. Deasupra bazei rotunde a acestei splendide stupe aurite se află terasele pe care au acces numai călugării şi anumiţi bărbaţi cu funcţii importante. Apoi, construcţia ia formă de clopot, îngustându-se din ce în ce, până în vârf. Rând pe rând, ia formă de turban, de bulb, de muguri de banană şi de coroană împodobită cu 5448 de diamante şi 2317 rubine. În vârf se află un diamant de 76 carate, respectiv 15 grame. Pagoda are patru intrări şi cea dinspre sud este străjuită de două creaturi de piatră, de câte 9 metri înălţime şi o înfăţişare alegorică, fiecare fiind jumătate leu, jumătate dragon.

Pagoda este înconjurată de peste 100 de clădiri şi temple mai mici, toate placate cu aur. Respectând o veche tradiţie, monarhi şi oameni obişnuiţi au donat aur pentru a le menţine strălucirea. Obiceiul, ale cărui începuturi datează din secolul al XV-lea, continuă şi în zilele noastre.

Pagoda a fost sincer admirată de scriitorul englez Rudyard Kipling care, după ce a vizitat-o în 1869, a descris-o în câteva dintre operele sale.

Importantă atracţie a oraşului, pagoda este şi un important loc de pelerinaj pentru credincioşii budişti. Aici au loc şi importante festivaluri, iar arhitectura ei a servit ca model şi altor temple budiste atât din Myanmar, cât şi din India sau Indonezia.

Poarta spre vest

Strada Sforii

Aflată în municipiul Braşov, între străzile Cerbului şi Poarta Schei, Strada Sforii este atestată documentar din secolul al XVII-lea, dar unele surse o prezintă ca fiind construită mai înainte.

Este cea mai îngustă stradă din Europa de Est şi a fost restaurată şi redată de curând circuitului turistic. Are o lăţime maximă de 135 cm şi una minimă de 111 cm. A fost concepută ca un coridor, pentru a uşura munca pompierilor; are lungimea de 80 de metri şi reflectă tendinţele de urbanizare a oraşului medieval.

Considerată unul dintre cele mai romantice locuri din oraş, era privită ca un loc preferat pentru întâlnirile îndrăgostiţilor.

Pagină realizată de
IRINA STOICA

Simboluri ale umanităţii

Rata

Erou sapienţial şi semizeu, Rata este adorat de populaţiile polineziene ca artizan priceput, navigator îndrăzneţ şi inventatorul luntrei.

Deşi irascibil, este un personaj arhetipal şi posedă o secure uriaşă cu ajutorul căreia îşi procură lemn din pădure. Are de luptat cu spiritele arborilor, dar este ajutat de duhurile pădurii, o populaţie gnomică. Este învăţat de zei să-şi construiască o luntre cu care călătoreşte în Ţara-de-la-hotarul-luminii-de-lună, croindu-şi drum prin lagune cu ajutorul secürii magice. Îşi salvează mama şi întreprinde o serie de acte eroice.

Pentru populaţiile locale, în special pentru cei din arhipelagul Tuamotu, Rata şi luntrea sa constituie simbolul călătoriei curajoase pe mare.

Scăpat de sub control!

Căile ferate din Belgia au fost puse în faţa unei probleme neaşteptate. Un tren absolut gol a circulat 12 kilometri fără să fie condus de nimeni. Nu era un tren telecomandat, nici unul fantomă, cum l-au denumit cei care l-au văzut alergând pe şine între Landen şi Tirlemont.

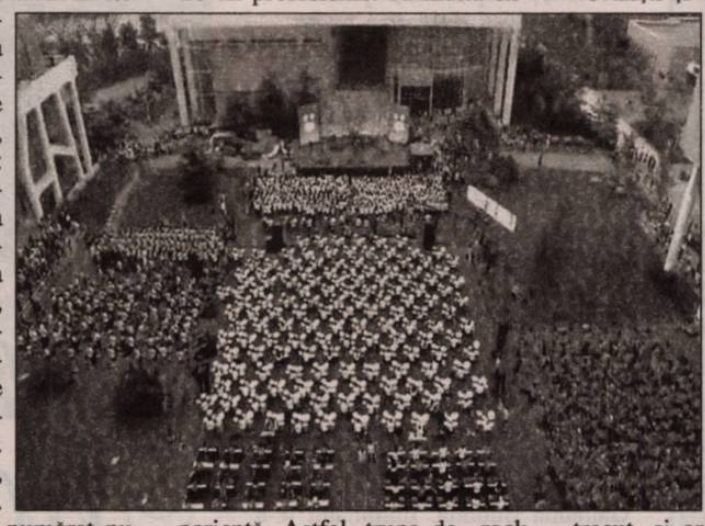
De fapt, totul s-a datorat unei neglijenţe care ar fi putut duce la un deznodământ cât se poate de neplăcut.

Mecanicul care conducea trenul respectiv îl oprise pentru că descoperise o avarie la sistemul de frânare. După ce încercase zadarnic să repare defecţiunea, a coborât din tren pentru a inspecta sistemul din exterior, fără să activeze frâna de mână. A văzut că o valvă este deschisă şi a închis-o imediat. Acest fapt a determinat practic reabilitarea sistemului şi trenul a pornit imediat. Din fericire, la Trilemont, un alt conductor a reuşit să sară în trenul în mişcare şi să-l oprească.

Societatea de căi ferate a analizat incidentul şi a promis mai multă seriozitate în alegerea personalului. De asemenea, a mai promis că într-un viitor nu foarte îndepărtat va înzestra trenurile cu un sistem de securitate prin care se vor evita asemenea situaţii. *(I.S.)*

Un record mare... cât China

Gluma e glumă, dar realitatea palpabilă nu poate fi nicidecum negată. E drept, când vorbim despre recorduri „made in China" parcă nu ne mai miră nimic atât de tare, însă acum nu ne referim la construcţii senzaţionale, maşini şi utilaje futuriste ori altceva de acest gen. Ei bine, poate nu veţi crede: Academia de Muzică Contemporană din Beijing a doborât recordul de cea mai mare trupă rock, în urma unui spectacol desfăşurat la Tianjin şi omologat de reprezentanţii Guinness World Records.



Trupa chineză, de fapt, un fel de... batalion muzical, a numărat nu mai puţin de 953 de muzicieni, care au performat pe şase secţiuni muzicale diferite. Enormul band a inclus 349 de vocalişti, 154 de chitarişti, 151 de percuţionişti, 101 basişti, 100 de interpreţi la clape şi 98 la diferite instrumente de suflat. În scopul de a obţine titlul pentru Guinness World Records, performanţa a trebuit să se situeze la un standard ridicat şi realizat de către un profesionist cu multă experienţă. Astfel, trupa de „rock 953", dacă o putem numi astfel, a fost condusă de renumitul cântăreţ-compozitor Cui Jian, care este adesea numit „Tatăl rock-ului chinez", datorită faptului că este unul dintre primii artişti chinezi care au înregistrat acest gen de muzică. Recordul precedent fusese stabilit de o formaţie de 520 muzicieni, care cuprindea 121 de percuţionişti, 62 de artişi la clape, 168 de chitarişti, 97 de vocalişti şi 72 de basişti, care a interpretat „7 Nation Army", printre alte binecunoscute piese, pe 23 iunie 2013, evenimentul fiind organizat de Asociaţia Muzicală Revoluţia din Franţa.

De fapt, Guinness World Records a înregistrat rapoarte potrivit cărora a existat o trupă de rock mai mare, la Rockin'1000, eveniment care a avut loc în Italia, anul trecut, şi ar aprecia dovezi din partea organizatorilor acestuia pentru a susţine afirmaţia. Până atunci însă, rămâne clar stabilit că cea mai mare formaţie de acest gen verificată este cea creată de chinezii de la Academia din Beijing. *(A.N.P.)*

Peţitor inspirat de Lego

Dacă dragostea e oarbă, atunci cu siguranţă îndrăgostiţii adevăraţi bâjbâie din greu într-o direcţie fixă, pentru că acolo ştiu ei că se află iubirea vieţii lor. Şi pentru asta, nu se cunosc puţini dintre cei care nu doar că sunt în stare să facă, ci chiar fac lucruri ieşite din normalitate. Uite-aşa: numai şi numai ca să intre în graţiile alesei sau alesului. Dacă se poate, pentru totdeauna.

Astfel, unii îşi cer iubita în căsătorie căţărându-se pe versanţi abrupţi de munte ori pe zgârie-nori, pun afişe mari la un loc foarte vizibil, aleg pentru momentul sosirii lemn al cerutului mâinii stadioane, gări sau hipermarketuri şi tot aşa. Dar unii dau de-a dreptul în mintea copiilor (pentru moment şi stilistic vorbind, să nu vă gândiţi la vreo maladie reală!) şi pun la cale adevărate jocuri năstruşnice pentru a arăta jumătăţii ce le-a căzut cu tronc cât de doborâţi de dragoste sunt ei.

Britanicul Ben Anderson are, cu certitudine, simţul spectacolului, astfel că a conceput momentul – solemn, fericit, dar de foarte multe ori şi amuzant – al peţitului într-un fel de care nu ne îndoim că Kirsten Dally îşi va aminti toată viaţa. Ben locuieşte în Worcester şi s-a dovedit deosebit de original. Aici nu prea a găsit restaurante faimoase ori peisaje somptuoase pe măsura sentimentelor şi cererii sale, dar i-a ieşit în cale taman la ţanc o... sală de cinema. Pentru el, locul ideal ca să-şi pună planul în practică. Astfel se face că a apelat la ajutorul realizatorului Morgan Spence, binecunoscut pentru realizările sale insolite din piese ale jocului pentru copii Lego!

La momentul de „happy-end" (nici nu se putea să fie altfel!), toată lumea a recunoscut că ideea a fost splendidă. Scurtmetrajul conceput şi realizat de Ben şi Morgan a refăcut povestea de dragoste dintre tânăr şi Kirsten, reprezentaţi prin personaje de Lego, de la primele întâlniri, până la ieşirile împreună în diverse locuri. Iar pe deasupra, filmuleţul a fost proiectat pe marele ecran al unui cinematograf din Birmingham, spre surprinderea imensă a fetei, care chiar nu se aştepta la aşa ceva. Prin urmare, totuşi, cuvântul de final l-a avut ea şi a fost, desigur, un DA răspicat. Frumoasă „nebunie", nu-i aşa? *(A.N.P.)*

Agresor neaşteptat

Un olandez de 30 de ani a fost arestat pentru acte de violenţă, şi nu unele obişnuite, ci îndreptate împotriva oamenilor legii. A fost surprins plimbându-se pe stradă, adresând cuvinte injurioase trecătorilor şi intrând în curţile oamenilor, pe care încerca să-i necăjească. Vizibil sub influenţa drogurilor, a început să mănânce din vasele pentru câini, drept care proprietarii au chemat poliţia. S-au prezentat patru oameni ai legii, dar se pare că misiunea lor nu a fost uşoară.

Omul s-a dezlănţuit fantastic. Unul dintre ei a fost muşcat atât de tare, încât agresorul a rămas cu carnea celui atacat între dinţi, iar alţi doi au zăcut la pat două zile. Al patrulea, mai norocos, s-a ales doar cu câteva vânătăi şi a reuşit să cheme întăriri. A fost nevoie de o doză masivă de sedativ pentru ca agresorul neaşteptat să fie scos din luptă. De asemenea, oamenii legii au aşteptat câteva zile pentru ca el să se trezească şi să poată fi trimis în faţa judecătorilor. (I.S.)

„Jocuri" cu socuri

Vacanţele furnizează oricui o doză substanţială de libertate în plus, precum şi o tendinţă accentuată către distracţie şi joc. Uneori însă, „jocul" devine, fără voia celui aflat în sejur, un adevărat şoc periculos. Este ceea ce a trăit un cuplu francez din Saint-Nazaire (Loire-Atlantique), în timp ce îşi petrecea vacanţa într-un sat spaniol din regiunea Barcelonei. Cei doi profitau de o săptămână de relaxare şi distracţie între prieteni, la finele lunii trecute, în satul Vilalba Sasserra, într-o casă închiriată prin intermediul site-ului Airbnb, când au trăit şocul vieţii lor, trezindu-se uluiţi cu o descindere a poliţiştilor de elită catalani.

„Soţul meu îşi lua micul-dejun pe terasă, pe la ora 7:30, când a auzit un zgomot ciudat. Ridicând capul, a văzut şocat un bărbat cu cagulă, înarmat cu o puşcă de asalt îndreptată asupra lui. Vreo zece indivizi echipaţi cu armament greu îl însoţeau. Se aflau în căutarea proprietarului casei şi au percheziţionat locul.", a declarat ulterior pentru presă femeia, pe nume Anne-Sophie.

Abia după terminarea acţiunii s-a aflat un insolit şi terifiant adevăr despre imobilul respectiv. Deşi niciunul dintre locatari se pare că nu ştia, proprietarul nu era altul decât şeful unei reţele neonaziste catalane, deja condamnat pentru apologia holocaustului. „Nu ştiam absolut nimic despre proprietar, aveam doar la dispoziţie imagini cu vila şi zona înconjurătoare.", a mai afirmat Anne-Sophie.

Cuplul a scris către Airbnb o cerere pentru a primi eventuale daune pentru prejudiciul moral suferit. Responsabilii site-ului au păstrat însă tăcerea, iar anunţul public a fost imediat retras din reţea. *(A.N.P.)*

Când Pentagonul și CIA își bagă coada la Hollywood...

Deși politicienii din țările democratice se laudă, de secole, că, spre deosebire de regimurile dictatoriale, în țările lor există o totală libertate de exprimare, chiar și în națiuni luminate, precum Statele Unite, trebuie să fii foarte atent la ce și cum spui, ca nu cumva să... fluieri în biserică.

Faptul este cu atât mai valabil pentru producătorii de filme, care s-au trezit, nu o dată, cu un telefon pe firul scurt de la Pentagon sau CIA, fiind rugați – după cum veți vedea în rândurile următoare – să facă în scenariile lor niște „mici modificări", ca să nu deranjeze protipendada militară americană...

Elicopter la pământ (2001)

Inspirat din fapte reale – dramaticele înfruntări din 1993, de la Mogadishu, Somalia, acest film urmărește trăirile unui grup de soldați americani implicați într-o dezastruoasă operațiune militară, la capătul căreia 18 militari ai SUA și-au pierdut viața. În ciuda faptului că lupta de la Mogadishu reprezenta un capitol stânjenitor, Pentagonul l-a sprijinit pe regizorul Ridley Scott în realizarea peliculei, oferindu-i consilieri militari, 100 de soldați adevărați, pe post de figuranți și chiar opt elicoptere Black Hawk.

Pentagonul a pus însă o condiție pentru ca filmul să apară: numele sergentului John Stebbins să fie schimbat. Militarul respectiv fusese condamnat de Curtea Marțială în iunie 2000 pentru violarea unei fete de 12 ani, caz care a stârnit vâlvă în America, iar Pentagonul nu voia ca apariția numelui în film să genereze alte controverse. Scott a acceptat, astfel că aproape nimeni n-a știut că viteazul subofițer „John Grimes" era, de fapt, infamul violator John Stebbins...

Pearl Harbor (2001)

Deși făcut praf de critici, ca total nerealist, acest film a reușit totuși să cucerească spectatorii de pretutindeni, situându-se pe locul al treilea ca încasări, dintre toate producțiile cu tematică războinică. Regizorului Michael Bay i s-a oferit deplinul sprijin al autorităților militare americane, ba chiar i s-a permis să filmeze la baza militară de la Pearl Harbor. Totodată, Jack Green, curator al Centrului Istoric Naval, a petrecut opt săptămâni pe platourile de filmare, oferind sfaturi prețioase privind formațiunile navale japoneze, dar și... cântecele deocheate ale marinarilor americani. Deranjat de faptul că unul dintre personaje, colonelul

Jimmy Doolittle, era descris în scenariu drept „o persoană mofluză și plicticoasă", el a cerut regizorului să-l transforme pe Doolittle într-un tip mai deschis, pentru a atrage simpatia audienței și a-l prezenta ca pe un erou militar american fără defecte. Iar voia i s-a împlinit!

Agentul 007 contra Golden Eye (1995)

Prima apariție a lui Pierce Brosnan în rolul Agentului 007 s-a bucurat și ea de sprijinul Pentagonului, însă evident că producătorii au fost nevoiți să facă unele concesii. Astfel, în scenariul original era prezent și un amiral american incompetent, care se lasă sedus și ucis de femeia fatală, Xenia Onatopp. Șefii de la Pentagon n-au fost deloc încântați de perspectiva ca unul de-ai lor să fie prezentat pe post de „pămpălău", așa că au cerut – și obținut – schimbarea naționalității amiralului, acesta devenind, din american... canadian!

Nici la următorul film din serie, „Agentul 007 și Imperiul Zilei de mâine" (1997), Pentagonul n-a ratat ocazia de a interveni. Atunci când Bond trebuie să se parașuteze ilegal în Vietnam, un agent CIA îl avertizează „Știi ce înseamnă asta: că va fi război. Și poate de data asta vom câștiga". Pentagonul a luat foc la auzul acestor replici, mai ales că la acea dată relațiile diplomatice dintre SUA și Vietnam tocmai fuseseră restabilite. Ca urmare, dialogul a dispărut de tot din varianta finală a filmului.

1984 (1956)

Prima ecranizare a celebrului roman al lui George Orwell a fost realizată cu mult timp înaintea celei mai cunoscute ecranizări, cea din 1984. În 1956, CIA a obținut drepturile de ecranizare a romanului, dar, ignorând solicitarea văduvei scriitorului, a modificat radical acțiunea, din considerente ideo-

logice. Mai mult, finalul cărții a fost cu totul schimbat și, în loc ca personajul principal să strige „Trăiască Marele Frate!" (Big Brother), recunoscându-și, astfel, înfrângerea, în filmul sponsorizat de autoritățile militare americane, el rămâne rebel până la capăt, strigând „Jos cu Marele Frate!", înainte de a fi împușcat mortal.

Acest final eroic a fost cerut de cercurile înalte ale politicii SUA, care se temeau că finalul inițial, scris de Orwell, ar putea demoraliza luptătorii pentru libertate din țările aflate sub dominație sovietică.

PORTRET

Mihaela Teleoacă

Mihaela Teleoacă s-a născut la Bacău în 1968, a făcut facultatea (IATC) la București și, actualmente, este una dintre cele mai apreciate actrițe de la Teatrul de Comedie, unde este angajată. Ați putut-o și încă o puteți admira în piese precum „Don Quijote", „O scrisoare pierdută", „Fitness", „Escu" și „Casa Zoicăi". Mihaela Teleoacă s-a remarcat încă de la debut printr-un talent actoricesc extraordinar, dar și prin trăsăturile fizice deosebite. Ochii de un albastru ireal, senini precum cerul de iulie, conferă un farmec cu totul special talentatei actrițe.

În cei peste 25 de ani de carieră, Mihaela Teleoacă a fost distribuită în zeci de piese, jucând personaje dintre cele mai diverse... Mărturisește că nu a făcut niciodată compromisuri, interpretând de fiecare dată doar roluri care i s-au potrivit, care nu îi provocau niciun disconfort, literar ori regizoral. A acceptat roluri pe care să le poată juca fără probleme în fața copiilor sau a mamei.

Familia este pentru ea cel mai aprig critic și totodată cel mai important sprijin. Copiii, soțul, îi înțeleg „toanele" de dinainte de orice premieră, ajutând-o de fiecare dată să depășească emoțiile și temerile inerente. Mamă devotată a două fete, Mihaela Teleoacă se descrie ca având vocație pentru „meseria de părinte", pe care o „practică", ca și actoria, de peste 20 de ani.

Lara, fiica mai mare, dintr-o căsătorie anterioară, studiază la Londra, dar comunică foarte des cu mama, pe care o consideră cea mai bună prietenă. Darma, aflată la vârsta când se șlefuiește personalitatea, se dezvoltă într-un mediu artistic, înconjurată de iubirea unei familii pe care mulți o consideră ca ruptă din povești. Pentru soțul ei actual, omul de afaceri George Rusu Ionescu, Mihaela este „Regina", iar dragostea, respectul și devotamentul pe care și le poartă ca soți sunt ingredientele ce le asigură fericirea conjugală.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

TeVe

Cum vorbim la televizor

La sfârșitul lui septembrie CNA a prezentat un raport privind „erorile grave de folosire a limbii române în emisiunile tv, mai ales cele de ortografie", în care se constată că „față de anii precedenți acestea s-au redus". A fost vorba despre o monitorizare realizată de o echipă a Institutului de Lingvistică „Iorgu Iordan – Al. Rosetti" al Academiei Române, în vizor fiind luate 12 televiziuni – TVR 1, TVR 2, Antena 1, Pro TV, Kanal D, Prima TV, Național TV, Antena 3, România TV, B1 TV, Realitatea TV și Digi 24 – și două posturi de radio – Radio România Actualități și Europa FM.

Aflăm astfel că „dacă în 2007, 2008 existau și situații în care erau o sută de greșeli pe lună, acestea au scăzut progresiv și în momentul de față suntem undeva la 25-26 (...) de greșeli grave pe lună. Sigur că la posturile de știri, unde se vorbește mai mult, sunt ceva mai multe, în rest sunt ceva mai puține", după cum notează și Agerpres. Rezultatul monitorizării este, în ciuda faptului că greșelile s-au mai diminuat, totuși, dezarmant. Să constați că, după 27 de ani, încă există greșeli de ortografie sau de folosire a limbii române la posturi serioase de televiziune e un lucru de plâns. Asta descrie starea televiziunilor care, în goană după „rating", uită că menirea lor, ca la toate televiziunile din lume, este aceea de a promova limba literară, în cazul nostru al limbii literare române.

Criteriul principal de selecție, în cazul angajaților care apar pe posturi naționale trebuie să fie „cunoașterea la perfecțiune a limbii române", cum cere un anunț publicitar de angajare la TVR. Sigur, a cunoaște la perfecțiune limba română este apanajul filologilor „înrăiți", dar a ști bine limba literară, cel puțin așa cum ar trebui să fie cunoscută de cei cu note mari la Bac, este o cerință necesară minimă în cazul unui angajat care urmează să apară pe un post tv sau a celor care editează textele citite apoi de prezentatori. Sigur, nu poți angaja la tv doar filologi, mai sunt și alt gen de cerințe, dar niște cursuri de pregătire de cel puțin trei luni pentru punerea la punct a unor aspecte esențiale ale limbii literare române, este un lucru obligatoriu. Până la urmă, televiziunea reprezintă un model, iar oamenii imită modelele tv.

A imita un model greșit, adică pronunția sau scrierea greșită a unor cuvinte, este mai păgubos decât promovarea unei campanii de slăbire! Or, CNA ar trebui să vegheze și asupra acestui aspect. Răsvan Popescu de la CNA mai pomenea și despre greșelile de limbă română din publicitate, care nu s-au corectat. Să vedem și ce greșeli au fost înregistrate în raportul amintit. Mai întâi, în textele scrise pe ecran „continuă să apară numeroase neglijențe de tehnoredactare, iar în domeniul punctuației cele mai multe greșeli au fost înregistrate în continuare în folosirea virgulei".

Apoi, o greșeală care persistă este înlocuirea formelor adverbiale *maximum* și *minimum* cu formele scurte, caracteristice adjectivelor corespondente *„maxim* și *minim"*. Mai există și „cazuri de dezacord între subiect și predicat, iar în alte contexte acordul este semantic, potrivit înțelesului, deși normele impun acordul potrivit formei". O altă greșeală frecventă, observă raportul, care are tendința de a se extinde (?) „este inserarea semiadverbului *și* după prepoziția *ca*, având rolul de a exprima calitatea sau relația". Așadar, după 27 de ani, la televiziuni continuă să nu se învețe aceste lucruri simple, pe care le știu până și elevii silitori de clasa a opta. Măcar atât să facă televiziunile pentru copii și adulți, dacă tot au renunțat la componenta educativă. Și aici, CNA ar trebui să-și ia rolul în serios.

GEORGE CUȘNARENCU

De ce dorm femeile

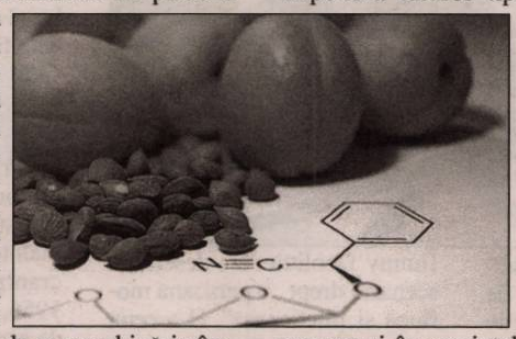
De fapt, ideea este că în general dorm mai mult decât bărbaţii şi aceasta dintr-un motiv foarte important, practic, pentru toată lumea. Cercetătorii de la Universitatea Loughborough din Marea Britanie au descoperit că, cu cât femeile îşi folosesc mai mult creierul pe timpul zilei, cu atât mai mult trebuie să se odihnească în timpul somnului, deoarece creierul lor e mai complex decât al bărbaţilor şi necesită mai multe ore de somn.

Totodată, rezultatele au arătat că, cu cât reprezentantele sexului feminin realizează mai multe activităţi în acelaşi timp, cu atât creierul lor lucrează într-un mod mult mai complex. Aşa că, acestea necesită mai multă odihnă. Să stabileşti un program în minte în timp ce găteşti, să răspunzi la telefon şi să aşezi masa în acelaşi timp, realizarea activităţilor multiple constituie chiar un talent ascuns al femeilor, care, de cele mai multe ori, duce la stres şi epuizare. Rezultatele studiului explică numărul de ore de somn pe care o femeie trebuie să-l atingă pentru a rămâne sănătoasă, să radieze şi să fie productivă.

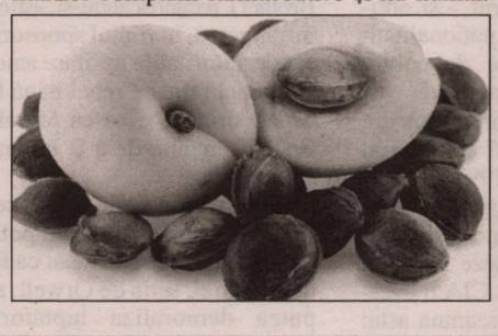
„Creierul femeilor este mult mai complex decât cel al bărbaţilor şi tocmai de aceea au nevoie de mai mult somn", a menţionat profesorul Jim Horne, autorul studiului. În medie, un adult are nevoie de 6-8 ore de somn pentru a se recupera în urma activităţilor realizate de-a lungul zilei. Totuşi, femeile au nevoie de încă 20 de minute de somn spre deosebire de bărbaţi. De asemenea, s-a descoperit faptul că femeile care se odihnesc prea puţin sunt predispuse la anumite probleme de sănătate, precum cele cardiovasculare sau diabetul, depresia, stresul şi anxietatea. În concluzie, 20 de minute de somn peste numărul normal de ore dormite poate fi un factor ideal de sănătate pentru o femeie.

Tratamente vitale ascunse publicului?

Cancerul reprezintă unul dintre cele mai atroce simboluri ale terorii, care nu acţionează exclusiv asupra corpului fizic, ci şi asupra psihicului, care – culmea! – chiar poate ajuta boala să se dezvolte. De aici, şi ideea preconceptă şi aproape de necombătut că această cumplită maladie nu poate fi tratată şi că ucide fără drept de apel. Ceea ce, se pare, nu e nici pe departe adevărat, fiindcă s-au descoperit totuşi şi remedii eficace împotriva cancerului, capabile deci să vindece, nu doar să determine stagnarea bolii. Din păcate, ele sunt însă ascunse publicului larg, din considerente de o meschinărie împinsă până la crimă! În acest sens, în volumul său „World Without Cancer" *(Lumea fără cancer)*, autorul american Edward Griffin descrie adevărul despre o descoperire mai veche, ascunsă cu grijă de marele public, şi anume proprietăţile curative ale vitaminei B17, numită şi laetril sau amigdalina.



Este un fapt demonstrat: această substanţă distruge repede celulele canceroase. Autorul oferă mai multe informaţii despre vindecarea bolnavilor de cancer datorită vitaminei B17, precum şi explicaţiile ştiinţifice ale acţiunilor sale şi ridică întrebarea „De ce medicina convenţională nu recurge la aceasta pe scară largă împotriva bolii înşelătoare?". Griffin susţine că amigdalina nu este utilizată în medicina convenţională nu din raţiuni de ordin ştiinţific, ci din cauza politicii elitei mondiale în domeniul oncologic. Miliarde de dolari sunt cheltuite anual pe cercetare şi tratamente ale cancerului, alte miliarde sunt cheltuite pe producţia „armatei" de substanţe chimice destinate să lupte împotriva bolii, care aduc venituri fabuloase marilor companii farmaceutice şi nu numai.



Astfel, ascunderea vitaminei B17 este de ordin economic pentru o industrie farmaceutică dominantă în lumea noastră.

Vitamina B17 ucide cancerul şi este conţinută în special în sâmburii de caise. Aceştia au fost declaraţi oficial medicament împotriva tuturor tipurilor de cancer încă acum 35 de ani. După cel de-al Doilea Război Mondial, dr. Max Gerson şi-a tratat cu succes pacienţii cu acest remediu şi l-a inclus în metoda sa de combatere a cancerului. Amigdalina se găseşte în sâmburii de caise, migdale, vişine, piersici, prune şi mere, precum şi în seminţele de mere, sorg, mei, seminţe de in, linte, unele soiuri de fasole şi struguri. De asemenea, în unele plante şi multe alte produse pe care omul modern nu le utilizează în mod curent în alimentaţie.

Modul actual de viaţă ne face să consumăm produse din făină rafinată, mult zahăr, ulei de gătit şi alte produse industriale şi procesate, în timp ce alimentele organice naturale au fost mult timp absente din meniul nostru. Bunicii noştri au mâncat alimente naturale nerafinate, iar cancerul pe vremea lor era un eveniment rar.

Amigdalina a fost interzisă pentru tratamentul cancerului acum 35 de ani, chiar dacă numeroşi savanţi susţineau că, dacă o persoană ar consuma zilnic această vitamină, ea nu ar dezvolta cancer, susţine autorul volumului menţionat. Potrivit acestuia, giganţii farmaceutici, precum şi Ministerul Sănătăţii al SUA au exercitat presiuni uriaşe asupra Direcţiei de control pentru calitatea alimentelor şi medicamentelor, care a declarat drept ilegală comercializarea vitaminei B17, împreună cu informaţiile ataşate despre efectele sale terapeutice împotriva cancerului, precum şi vânzarea unor categorii de fructe proaspete şi sâmburi de caise. Tactica mai includea răspândirea de zvonuri că sâmburii de caise şi de migdale conţin cianură şi că aceasta i-ar putea otrăvi pe cei care le mănâncă. Dar adevărul este că nimeni nu s-a otrăvit din această cauză până în zilele noastre, chiar dacă a consumat în cantităţi mari sâmburi de caise sau migdale, scrie Edward Griffin în volumul său.

Tuberculoza se întoarce?

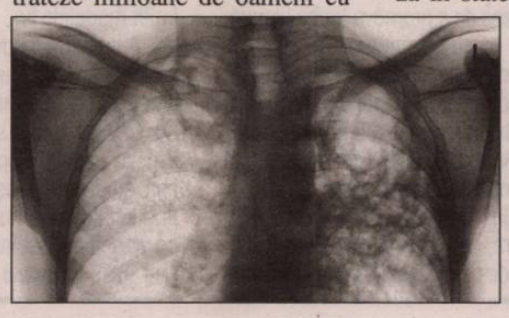
Autorităţile din domeniul sănătăţii din lumea întreagă trebuie să acţioneze mult mai repede pentru a preveni, detecta şi trata o epidemie gravă de tuberculoză, pentru a reduce infecţiile şi decesele cauzate de această boală până în 2030, a avertizat Organizaţia Mondială a Sănătăţii (OMS), conform agenţiei Reuters.

În raportul său anual privind combaterea tuberculozei, o boală foarte contagioasă de plămâni care ucide mai mulţi oameni, în fiecare an, decât HIV şi malaria la un loc, OMS indică faptul că s-au înregistrat slabe progrese în acest sens şi cere angajament politic curajos şi sporirea finanţărilor în acest domeniu. Fără asemenea lucruri, omenirea va continua mai degrabă să fie martoră la evoluţia epidemiei, decât să o combată.

La nivel mondial, în 2015 au fost estimate 10,4 milioane de noi cazuri de tuberculoză, iar şase state (în ordine India, Indonezia, China, Nigeria, Pakistan şi Africa de Sud) sunt reprezentative pentru 60% din totalul cazurilor. Circa 1,8 milioane de oameni au murit anul trecut de tuberculoză, dintre care o parte erau infectaţi şi cu virusul HIV care cauzează SIDA.

Raportul arată că, deşi la nivel mondial decesele cauzate de această maladie au scăzut cu 22% în perioada 2000-2015, ea este încă una dintre cele zece cauze ale deceselor la nivel global pentru anul 2015.

Greg Elder de la organizaţia Medici Fără Frontiere a declarat însă că datele din raportul OMS reprezintă o evaluare extrem de proastă: „Statele nu reuşesc să diagnosticheze şi să trateze milioane de oameni cu tuberculoză (...) Guvernele lumii trebuie să scoată capul din nisip şi să înţeleagă că tuberculoza nu este o maladie depozitată în anii 1800, ci o vedem şi o tratăm zilnic în clinicile noastre şi este o ameninţare fatală pentru noi toţi". Directorul general al OMS, Margaret Chan, a cerut să fie făcute eforturi mari pe scară largă sau ţările vor continua să fie mereu în urma acestei maladii ucigaşe.



Raportul avertizează că se adânceşte falia dintre finanţele necesare pentru tratarea şi prevenirea cazurilor de tuberculoză în statele sărace şi cu venituri medii şi fondurile actuale disponibile. În prezent, deficitul de 2 miliarde de dolari, din circa 8,3 miliarde necesare pentru anul 2016, va ajunge la 6 miliarde de dolari până în 2020, dacă nu este crescută finanţarea.

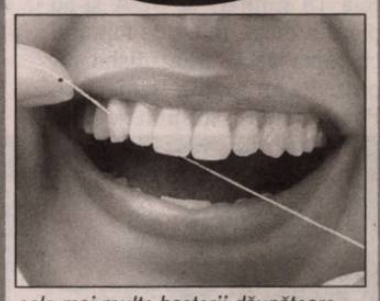
PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Ştim măcar de prin reclame că ar trebui să ne periem dinţii cel puţin de două ori pe zi sau, şi mai bine, obligatoriu după fiecare masă. Despre aţa dentară, să recunoaştem, prea puţini au auzit. Ea are rolul de a face curăţenie în locurile pe care periuţa nu le poate atinge cum se cuvine, adică spaţiile interdentare, extrem de înguste, unde din când în când trebuie „intrat", pentru sănătatea danturii. Totuşi, destul de surprinzător, cea mai nouă opinie legată de această procedură se referă la nerecomandarea, pe viitor, a aţei dentare. Motivaţia?

Dietary Guidelines for Americans consideră că există puţine dovezi referitoare la eficacitatea aţei dentare şi de aceea nu recomandă utilizarea în continuare a acesteia, mai ales că noile periuţe de dinţi electrice au o eficacitate sporită în eliminarea plăcii dentare, totodată ajutând la evitarea inflamării gingiilor şi formării cariilor. În acelaşi timp, alţi specialişti susţin în continuare utilitatea folosirii ei. În faţa acestei controverse, expertul britanic dr. Mervyn Druian afirmă că nu sunt îndreptăţite criticile asupra eficacităţii aţei dentare în ceea ce priveşte sănătatea cavităţii bucale. Periajul dinţilor nu curăţă decât suprafaţa acestora, în timp ce aţa dentară permite accesul în acelaşi scop în spaţiile în care se acumulează

Utilitatea aţei dentare



cele mai multe bacterii dăunătoare, generatoare de carii, eliminând şi resturile mai vechi de mâncare.

Particule minuscule de mâncare se acumulează în mod curent între dinţi, punând în pericol sănătatea acestora, cu consecinţele multiple de rigoare. Iar aici nu e vorba doar despre o problemă estetică şi socială, ci despre starea generală a organismului. Nefolosirea aţei dentare, spune dr. Druian, ne expune la mai multe riscuri majore, între care pierderea dinţilor, afecţiuni ale gingiilor, recesiunea gingiilor, nemaivorbind despre mult-răspândita halitoză.

În plus, ceea ce populaţia nu cunoaşte este efectul nefast al bolilor danturii asupra sănătăţii generale. Aceasta, deoarece bacteriile migrează în interiorul corpului, iar cercetările în acest sens au stabilit o legătură certă între fenomenul în discuţie şi boli ca diabetul, pneumonia, accidentul vascular cerebral, problemele cardiace şi chiar demenţa! În concluzie, expertul recomandă folosirea în continuare a aţei dentare ori a altor metode moderne de curăţare a acestor zone greu accesibile.

Atenţie, se apropie iarna!

Vremea mai capricioasă decât normal din această toamnă nu ne oferă o perspectivă prea plăcută asupra iernii ce va urma, aceasta însemnând şi posibile geruri mai aspre şi mai de durată. Temperaturile scăzute şi lipsa de umiditate din casă, cauzată de calorifer, vor ataca pielea mâinilor şi vor subţia unghiile. Însă, urmând paşii pe care îi propunem, putem obţine foarte repede mâinile sănătoase care înseamnă şi sănătatea organismului, în ansamblul său.

„Îndulceşte-ţi" mâinile! După ce ai intrat la căldură şi ai băut un ceai cald, primul lucru pe care trebuie să îl faci este să-ţi faci o exfoliere uşoară cu câteva linguriţe de zahăr brun amestecat cu zeama de la o lămâie. Se pun în palmă şi se freacă mâinile între ele timp de 2-3 minute, după care te clăteşti bine cu apă călduţă. Zahărul va îndepărta celulele moarte, lăsând pielea moale şi fină, iar lămâia albeşte pielea mâinilor.

Albinele îţi vin în ajutor şi iarna. În a doua etapă, mâinile trebuie hidratate. Două alegeri excelente sunt mierea şi uleiul de măsline sau de migdale. De asemenea, poţi face un amestec din două linguriţe de miere încălzită cu puţin lapte şi vitamina E.

O „cină" pentru piele. Ca tratament de seară, pentru hrănirea în profunzime a mâinilor, poţi să foloseşti ulei de măsline, după care le înveleşti în folie de plastic alimentară şi în mănuşi de bumbac, pe care le ţii toată noaptea. Această metodă are eficacitate şi pentru picioare. Dacă preferi cremele din comerţ, alege-le pe cele cu arnică şi unt de shea sau orice cremă de mâini în care adaugi câteva picături de vitamina A.

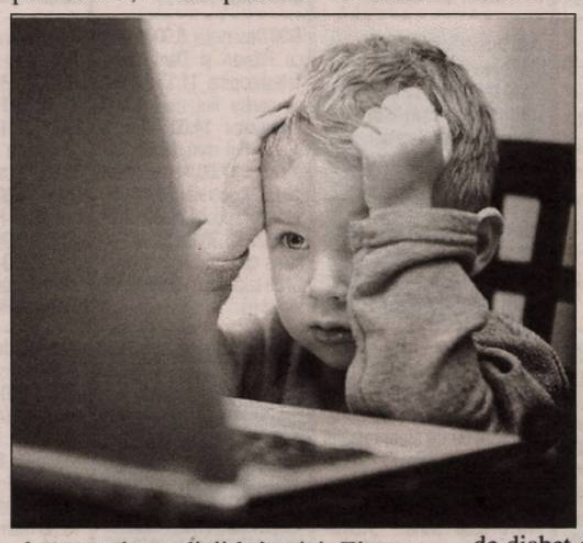
Lâncezeala dăunează foarte grav sănătăţii

Dacă mişcarea moderată nu doar că poate face bine organismului, ci îi este chiar absolut necesară, opusul ei – sedentarismul, numit popular şi sugestiv lâncezeală – face ravagii, fără drept de apel.

Avertismentele lansate de OMS sunt motivate de o realitate periculoasă: este evidentă tendinţa omenirii de a adopta un stil de viaţă sedentar, mai ales în ţările bogate. şi mai grav este că respectivul stil de viaţă este obişnuit pentru copii, adolescenţi şi tineri. Aceste categorii de populaţie suferă de dependenţa de laptopuri. Fac temele, dau examene, au job-uri şi rezolvă problemele zilnice cu ajutorul laptopului şi tot în compania laptopului petrec fără pauze, cu excepţia câtorva ore de somn. Consecinţele sunt dramatice.

Cercetătorii de la Harvard avertizează că sedentarismul este tot atât de nociv pentru organism ca şi tabagismul. Astfel, sedentarismul este una dintre cauzele majore ale unor boli severe: diverse forme de cancer, diabet tip II, boli cardiovasculare, osteoporoză, insomnie, depresie, obezitate etc. 80% din cazurile de boli cardiovasculare sunt provocate de alimentaţia dezechilibrată, sedentarismul şi fumatul. Iată şi câteva repere care ne ajută să stabilim dacă suntem sedentari. Pe lângă faptul că lucrăm la birou, suferim de obezitate dacă: ◆ nu facem zilnic o plimbare de 60 de minute sau alte forme de mişcare în parc, în pădure etc. ◆ nu facem zilnic cel puţin 15 minute de exerciţii fizice: flotări, genuflexiuni etc. ◆ nu facem de 2-3 ori, în fiecare săptămână, 90 de minute de exerciţii fizice ◆ nu suntem capabili să alergăm un kilometru fără a ne prăbuşi de oboseală ◆ aproape 80% din timp stăm la televizor, calculator şi ne deplasăm numai cu maşina.

Creşterea riscului la care copiii sunt expuşi din cauza părinţilor care îi lasă să petreacă prea mult timp stând jos, fie uitându-se la televizor, fie jucându-se la calculator sau navigând pe internet, a fost pusă sub un semn



alarmant de medicii britanici. Ei avertizează şi în privinţa riscului de obezitate, afecţiuni cardiace şi diabet la care generaţii de tineri se expun din cauza vieţii sedentare. Chiar şi copiii care fac exerciţii fizice în mod regulat sunt în pericol, pentru că tot au perioade lungi de inactivitate care duc la obezitate. Drept urmare, experţii îi sfătuiesc pe părinţi să limiteze perioadele petrecute de copii în faţa televizoarelor sau calculatoarelor la două ore pe zi. Deşi copiii fac exerciţii fizice, ei pot dezvolta obiceiuri periculoase dacă li se permite să fie inactivi timp de mai multe ore pe zi. „Suntem conştienţi că să fii activ din punct de vedere fizic în copilărie înseamnă o mai mare probabilitate că vei continua la fel ca adult", spun specialiştii.

Copiii petrec în medie 5,9 ore pe zi în faţa televizorului, a consolei de jocuri sau a computerului. Mecanismul exact al felului în care sedentarismul cauzează cancerul este încă relativ necunoscut, dar se consideră că activitatea fizică diminuează riscul de cancer prin reducerea inflamării din corp, care este legată de dezvoltarea bolii. O viaţă activă reduce grăsimea corporală, dar creşte şi sensibilitatea la insulină, reducând astfel riscul de diabet. Pe de altă parte, persoanele supraponderale au un nivel crescut de anumiţi hormoni precum estrogenul, care a fost relaţionat cu riscul crescut pentru anumite tipuri de cancer, cum ar fi cel de sân. Unele instituţii de cercetare leagă lipsa activităţii fizice de între 6 şi 10 la sută din cazurile de afecţiuni cardiace, de diabet de tip 2 şi de cancerul la sân şi intestin.

* * *

Anual, în medie, aproape 3 milioane de decese au printre cauze lipsa cronică de mişcare. Potrivit estimărilor OMS, sedentarismul ocupă locul al patrulea într-un top al factorilor de risc de deces la nivel mondial. În 2012, se estima că sedentarismul era responsabil de 1,9 milioane de decese la nivel global. La ora actuală, sedentarismul reprezintă o medie anuală de aproximativ 3,2 milioane de decese, adică o creştere cu peste 68%.

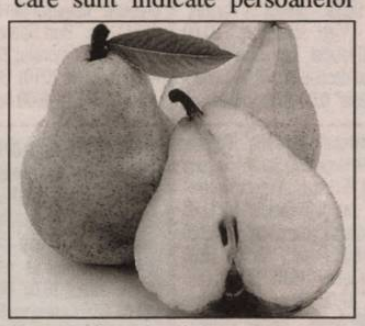
Remedii naturale

Perele bune contra colesterolului „rău"

Unul dintre fructele toamnei cele mai răspândite şi mai savurate de consumatori – para – include şi numeroase calităţi terapeutice. Nu neapărat cu valoare de unicat, fiindcă toate fructele comestibile influenţează pozitiv sănătatea, dar cu certitudine perele ajută considerabil în tratarea anumitor afecţiuni şi mai ales în ţinerea la distanţă a altora.

Aceste fructe conţin apă în proporţie de 80%, fibre, fier, vitamina C, vitamina A, vitamina E, vitamine din complexul B, acid folic, enzime, antioxidanţi şi minerale precum zinc, sodiu, clor, calciu, magneziu, potasiu, cupru şi mangan. Au un indice glicemic redus (30), motiv pentru care sunt digerate şi absorbite mult mai lent faţă de alimentele care au un indice glicemic mediu sau mare. Pentru a beneficia de proprietăţile acestor fructe delicioase se recomandă consumul cu tot cu coajă.

Trebuie spus că atât para în sine, cât şi sucul de pară sunt adevărate medicamente naturale pentru organism. ● Cunoscute ca fructe hipoalergenice, perele nu cauzează reacţii alergice. ● Ele pot fi utile în tratarea inflamaţiei mucoaselor, în tulburările cronice, artrită şi gută. ● Perele sunt recomandate în prevenirea obezităţii, diabetului şi a bolilor coronariene. ● Dintre toate fructele, perele au cel mai scăzut indice glicemic, fapt pentru care sunt indicate persoanelor



care suferă de diabet. ● De asemenea, având un conţinut bogat de fibre, ele reduc nivelul colesterolului „rău", micşorând astfel riscul apariţiei bolilor cardiovasculare. ● Prin conţinutul bogat de potasiu, perele ajută la reglarea tensiunii arteriale. ● Mai mult, fiind o sursă de pectine şi bioflavonoide, au un puternic efect antioxidant. ● Consumul acestor fructe stimulează formarea globulelor roşii şi combate anemia. ● Perele conţin acid hidroxicinamic care s-a dovedit că ajută la prevenirea cancerului de stomac şi a celui pulmonar la femei. ● Un alt nutrient care se regăseşte în compoziţia perelor, cuprul, ajută la prevenirea cancerului de colon.

Perele conţin mult mai multe fibre faţă de alte fructe, fapt pentru care ajută la digestie, însă joacă şi un rol important în menţinerea glicemiei între limite normale prin încetinirea absorbţiei carbohidratilor din intestin în sistemul circulator sangvin.

De asemenea, sunt recomandate copiilor care suferă de reflux gastro-esofagian, deoarece ele nu afectează mucoasa stomacului. Au rolul şi de a atenua constipaţia datorită pectinei, care este diuretică şi poate avea un efect laxativ uşor. Printre numeroasele beneficii ale consumului de pere se numără şi efectul sedativ şi calmant asupra sistemului nervos, la fel ca un medicament de combatere a efectului stresului. Pentru a consuma caloriile din 100 grame de pere trebuie să mergem pe jos 16 minute sau să alergăm 7 minute, să înotăm 5 minute sau să mergem cu bicicleta 9 minute.

Nicio masă fără peşte... „adevărat"

Consumul de peşte este indicat în mod curent, chiar şi în unele afecţiuni în care alimentaţia pe bază de carne este exclusă. Totuşi, oricât de bizar ar părea, trebuie să ne referim la peştele sănătos, pe cât posibil provenit din ape naturale, adică nu de crescătorie şi, mai ales nu din categoria celui devenit un fel de mutant sintetic al producătorilor. Este cazul deliciosului Pangasius, savurat şi la noi, dar cu unele riscuri ascunse ce ne pot pune sănătatea în pericol.

Peştele Pangas sau Pangasius provine din Vietnam, unde este crescut industrial de-a lungul râului Mekong. Într-o scurtă perioadă de timp, acesta a crescut în popularitate în Franţa şi în întreaga Europă, în special, datorită preţului foarte accesibil. Se vinde mai ales ca fileuri fără oase şi are o aromă şi textura neutră (blândă); mulţi l-ar compara cu codul.

Reversul medaliei: Pangasius are un nivel ridicat de otrăvuri şi bacterii care provin din râul Mekong, unul dintre cele mai poluate râuri de pe planetă: aici sunt crescuţi Pangasius, iar industriile dezvoltate de-a lungul râului aruncă substanţe chimice şi deşeuri industriale direct în el. Pangasius nu este un peşte ecologic, fiind un experiment genetic creat pentru a curăţa râul Mekong de diferitele otrăvuri şi microorganisme.

Pentru că cererea a devenit foarte mare pe pieţele din întreaga lume, deseori sunt injectaţi cu hormoni proveniţi din urină deshidratată, deoarece s-a constatat că astfel peştii cresc mai repede

şi carnea lor devine mai „pufoasă". Hormonii de creştere extraşi din urină provin din China. Pangasius este hrănit cu rămăşiţe de peşti morţi, uscaţi şi măcinaţi sub forma unei făini, care mai conţine manioc, soia şi resturi de cereale. Astfel, Pangasius creşte de patru ori mai rapid decât în natură, beneficiile pentru producători cresc şi ele direct proporţional, dar din păcate la fel se măreşte şi pericolul pentru consumator de a se îmbolnăvi.

Pagini realizate de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

LUNI – 7 noiembrie

TVR 1
7.00 Telejurnal matinal 9.00 Ştirile de mâine (r) 10.00 Teleshopping 10.40 Doc.: „Carpaţii, Plămânul Europei" 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Ultima ediţie (r) 13.30 Superconsumatorul 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.00 Telejurnal 17.30 Întrebări şi răspunderi 18.35 Perfect imperfect 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 Ştirile de mâine 23.00 Ora de ştiri 0.00-5.35 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile ProTv 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Film: „Ucenicul vrăjitor" (SUA, 2010). Cu: Nicolas Cage, Jay Baruchel 22.45 Supravieţuitorul 23.45 Ştirile ProTv 0.15 Serial: „Homeland: Reţeaua terorii" 1.15 Serial: „Breaking Bad: Pe căi greşite" 3.00 Serial: „Poveşti de groază americane" (ultimul ep.) 4.00 Serial: „Renegata" (ep.1) 5.00 Ce spun românii (r).

[antena]
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Chefi la cuţite 23.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Chefi la cuţite (r) 3.15 Acces direct (r).

PRIMA TV
6.45 Teleshopping 7.15 Cu lumea-n cap 7.45 Focus 18 (r) 10.00 La TV (r) 11.30 Nunţi de poveste 13.30 Teleshopping 14.00 Focus 14 14.30 Teleshopping 15.00 Cireaşa de pe tort 16.00 Camera de râs Pop Kids 16.30 Focus 17.00 Mondenii 18.00 Focus 19.30 Mama mea găteşte mai bine 20.30 Apel de urgenţă 21.30 Dosarele DNA 22.30 Trăsniţii 23.15 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 0.30-6.00 Reluări.

acasă
5.30 Vorbeşte lumea (r) 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Regina inimilor" (r) 11.30 Serial: „Inimi tinere" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Intrigi în Paradis" 19.00 Serial: „Vieţi schimbate" 20.00 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-4.30 Reluări.

TVR 2
7.00 Teleshopping 8.10 Dimineaţa de sport 9.30 Serial: „Aripi de mătase" (r) 10.10 Femei de 10, bărbaţi de 10 11.45 Documentar 360º – GEO 13.00 Telejurnal 13.45 Auzul e un dar 14.00 Cultura minorităţilor 14.30 Minorităţi sub trei dictaturi 15.00 Duelul pianelor (r) 16.00 Magazin 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR60 19.00 Telejurnal 20.00 TVR 60 21.10 Teatru TV: „Tattoo" de Igor Bauersima şi Réjane Desvignes 23.10 Filmul de artă: „Joy Luck Club" (coprod., 1993) 1.40-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
6.45 Film: Amicul Joey" (r) 9.00 Serial: „La bloc" (r) 11.30 Film: „Graba strică treaba" (r) 13.45 Film: „Un câţel în cupele europene" (r) 15.30 Serial: „La bloc" 18.15 Film: „Abracadabra" (SUA, 1958). Cu: James Stewart, Kim Novak 20.30 Film: „Micuţii infractori" (coprod., 2004) 22.30 Film: „Asasinii cibernetici" (coprod., 1995) 0.45 Film: „Hanna" (coprod., 2011) 2.45 Film: „Mă omori cu zile" (SUA, 2007) 4.15 Film: „Mărturie sub tortură" (coprod., 2008). Cu: Laurence Fishburne 6.00 Cine A.M.

MARŢI – 8 noiembrie

TVR 1
7.00 Telejurnal matinal 9.00 Ştirile de mâine (r) 10.00 G Teleshopping 10.40 România 9 (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Dincolo de viitor (r) 13.30 Superconsumatorul 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.00 Telejurnal 17.30 Europa mea 18.35 Perfect imperfect 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 Ştirile de mâine 23.00 Ora de ştiri 00.00-3.00 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile ProTv 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Film: „Legenda lui Hercule" (SUA, 2014). Cu: Kellan Lutz, Gaia Weiss 22.30 Supravieţuitorul 23.30 Doc.: „Trump vs. Clinton" 0.30 Ştirile ProTv 1.00 Serial: „Homeland: Reţeaua terorii" 2.00 Serial: „Breaking Bad: Pe căi greşite" 4.00 Serial: „Renegata" 5.00 Ce spun românii (r).

[antena]
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Chefi la cuţite 23.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Chefi la cuţite (r) 3.15 Acces direct (r).

PRIMA TV
6.45 Teleshopping 7.15 Trăsniţii (r) 7.45 Focus 18 (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mondenii 11.30 Apel de urgenţă (r) 12.30 Focus Magazin (r) 14.00 Focus 14 14.30 Teleshopping 15.00 Cireaşa de pe tort 16.00 Mondenii 16.30 Focus 17.00 Trăsniţii (r) 18.00 Focus 19.30 Mama mea găteşte mai bine 20.30 Film: „Teroare la înălţime" (SUA, 1999). Cu: Ice-T, Costas Mandylor 22.30 Trăsniţii 23.15 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 0.30-6.00 Reluări.

acasă
5.30 Vorbeşte lumea (r) 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Vieţi schimbate" (r) 10.15 Serial: „Intrigi în Paradis" (r) 11.30 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Intrigi în Paradis" 19.00 Serial: „Vieţi schimbate" 20.00 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-4.30 Reluări.

TVR 2
8.10 Dimineaţa de sport 9.30 Serial (r) 10.10 Femei de 10, bărbaţi de 10 11.45 Documentar 360º – GEO 13.00 Telejurnal 14.00 Cultura minorităţilor 14.30 Minorităţi sub trei dictaturi 15.00 TVR 60 (r) 16.00 Magazin 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR 60 19.00 Telejurnal 20.00 TVR 60 21.10 Destine ca-n filme 22.00 Poveste după poveste 23.10 Film: „Iubire elenă" (România, 2010). Cu: Maia Morgenstern, Mircea Rusu 1.10-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
6.45 Film: „Abracadabra" (r) 9.00 Ce spun românii (r) 10.15 Serial: „La bloc" (r) 13.00 Film: „Micuţii infractori" (r) 15.00 Film: „Ţicniţii" (r) 16.45 Serial: „La bloc" 19.00 Film: „Aterizare forţată" (SUA, 1958). Cu: Gary Merrill 20.30 Film: „127 de ore" (coprod., 2010) 22.30 Film: „Booty Call" (SUA, 1997) 0.00 Film: „Premoniţii" (SUA, 2015). Cu: Anthony Hopkins 2.15 Film: „Sex şi minciuni" (SUA, 2008) 3.45 Film: „Faţa terorii" (SUA, 2003) 5.15 Cine A.M.

MIERCURI – 9 noiembrie

TVR 1
8.00 Ediţie specială: Noaptea americană 9.00 Ştirile de mâine (r) 9.45 Discover România (r) 10.00 Teleshopping 10.40 România 9 (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Adevăruri despre trecut (r) 13.30 Superconsumatorul 14.00 Telejurnal 15.10 Conviețuiri 17.00 Telejurnal 17.30 Interes general 18.35 Perfect imperfect 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 Ştirile de mâine 23.00 Telejurnal 0.00-5.35 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile ProTv 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Visuri la cheie 22.30 Supravieţuitorul 23.30 Ştirile ProTv 0.00 Serial: „Homeland: Reţeaua terorii" 1.00 Serial: „Americanii" (ep.1) 2.30 Serial: „Renegata" 5.00 Ce spun românii (r).

[antena]
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 În puii mei! 21.30 Serial: „Băieţi de oraş" 22.30 În puii mei – Xtra Show 23.00 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 În puii mei! (r) 2.45 Observator special (r) 3.15 Acces direct (r).

PRIMA TV
6.45 Teleshopping 7.15 Trăsniţii (r) 7.45 Focus 18 (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mondenii 11.30 Dosarele DNA (r) 12.30 Focus Magazin (r) 14.00 Focus 14 14.30 Teleshopping 15.00 Cireaşa de pe tort 16.00 Mondenii 16.30 Focus 17.00 Trăsniţii (r) 18.00 Focus 19.30 Mama mea găteşte mai bine 20.30 Cronica Cârcotaşilor 22.30 Trăsniţii 23.15 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 0.30-6.00 Reluări.

acasă
5.30 Vorbeşte lumea (r) 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Vieţi schimbate" (r) 10.15 Serial: „Intrigi în Paradis" (r) 11.30 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Intrigi în Paradis" 19.00 Serial: „Vieţi schimbate" 20.00 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-4.30 Reluări.

TVR 2
8.10 Dimineaţa de sport 9.30 Serial (r) 10.10 Femei de 10, bărbaţi de 10 11.45 Documentar 360º – GEO 13.00 Telejurnal 14.00 Cultura minorităţilor 14.30 Minorităţi sub trei dictaturi 15.00 TVR 60 16.00 Magazin 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR 60 19.00 Telejurnal 20.00 TVR 60 21.10 Telecinemateca: „Beau Geste" (SUA, 1939). Cu: Gary Cooper 23.10 Film: „Necruţătorii" (coprod., 1967). Cu: Joseph Cotten, Norma Bengell 1.10-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 Film: „Aterizare forţată" (r) 7.45 Ce spun românii (r) 8.45 Serial: „La bloc" (r) 11.15 Film: „Erou din întâmplare" (r) 13.45 Film: „Micuţii infractori" (r) 15.45 Serial: „La bloc" 18.00 Film: „Înfrângerea" (SUA, 1958) 20.30 Serial: „Răfuială în Seattle" (ep. 1,2) 22.30 Film: „Fără apărare" (SUA, 1996) 1.00 Film: „Jurnalul unui adolescent timid" (SUA, 2012) 3.00 Film: „Erin Brockovich" (SUA, 2000). Cu: Julia Roberts 5.15 Cine A.M.

ALEXANDRU ARŞINEL – duminică, 13.30 –

MAIA MORGENSTERN – marți, 23.10 –

JULIANNE MOORE – vineri, 23.30 –

KRISTY SWANSON – sâmbătă, 1.30 –

COURTNEY COX – sâmbătă, 20.00 –

MIRA SORVINO – joi, 21.10 –

LAURENCE FISHBURNE – luni, 4.15 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 10 noiembrie

TVR 1
7.00 Telejurnal matinal 9.00 Ştirile de mâine (r) 9.45 Discover România 10.00 Teleshopping 10.40 România 9 (r) 12.30 Parlamentul României 13.00 Oameni ca noi 13.30 Superconsumatorul 14.00 Telejurnal 15.10 Akzente 17.00 Telejurnal 17.30 Doc.: „Pirineii" 18.00 Lozul cel mare 18.35 Perfect imperfect 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.20 Ştirile de mâine 23.00 Ora de ştiri 0.00-5.35 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile ProTv 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Las Fierbinţi 21.30 Atletico Textila 22.30 Supravieţuitorul 23.30 Ştirile ProTv 0.00 Serial: „Homeland: Reţeaua terorii" 1.00 Serial: „Americanii" 3.00 Serial: „Renegata" 5.00 Ce spun românii (r).

[antena]
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Next Star 23.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Serial: „Camelot" 2.00 Observator (r) 2.45 Observator special (r) 3.15 Acces direct (r).

PRIMA TV
6.45 Teleshopping 7.15 Trăsniţii (r) 7.45 Focus 18 (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mondenii 11.30 Revendicarea 12.30 Focus Magazin (r) 14.00 Focus 14 14.30 Teleshopping 15.00 Cireaşa de pe tort 16.00 Mondenii 16.30 Focus 17.00 Trăsniţii (r) 18.00 Focus 19.30 Mama mea găteşte mai bine 20.30 Film: „Lupta din adâncuri" (coprod., 2009). Cu: Adrian Paul 22.30 La TV 23.15 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 0.30-6.00 Reluări.

acasă
5.30 Vorbeşte lumea (r) 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Vieţi schimbate" (r) 10.15 Serial: „Intrigi în Paradis" (r) 11.30 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Intrigi în Paradis" 19.00 Serial: „Vieţi schimbate" 20.00 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-4.30 Reluări.

TVR 2
8.10 Dimineaţa de sport 9.30 Serial (r) 10.10 Femei de 10, bărbaţi de 10 11.45 Documentar 360º – GEO 13.00 Telejurnal 14.00 Cultura minorităţilor 14.30 Minorităţi sub trei dictaturi 15.00 TVR 60 16.00 Magazin 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR 60 19.00 Telejurnal 20.00 TVR 60 21.10 Film: „Leningrad" (coprod., 2009). Cu: Mira Sorvino 23.10 Film: „Dovezi de iubire" (M. Britanie, 1990). Cu: Kiefer Sutherland, Emily Lloyd 1.10-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
5.45 Film: „Ultima călătorie: goana după adevăr" (r) 7.30 Ce spun românii (r) 8.30 Serial: „La bloc" (r) 11.00 Film: „Michael Jackson: Asta-i tot" 13.30 Film: „Erou din întâmplare" (r) 16.00 Serial: „La bloc" 18.15 Film: „Povestea lui Esther Costello" (SUA, 1957). Cu: Joan Crawford 20.30 Serial: „Răfuială în Seattle" 22.30 Film: „Motelul Groazei 2: Prima tăietură" (SUA, 2008) 0.15 Film: „Secretele de la Easton" (SUA, 2009) 2.00 Film: „Fabrica de spioni" (SUA, 2010) 3.30 Film: „Lecţii de viaţă" (SUA, 2005) 5.00 Cine A.M.

VINERI – 11 noiembrie

TVR 1
7.00 Telejurnal matinal 9.00 Ştirile de mâine (r) 9.45 Discover România 10.30 Cu 80 de tablouri la capătul lumii (r) 11.00 TVR 60 (r) 12.30 Parlamentul României 13.00 M.A.I. aproape de tine 13.30 Magazin World Cup RUSIA 2018 (r) 14.00 Telejurnal 15.10 Fără etichetă 16.00 EURO polis 17.00 Telejurnal 17.30 Mediatorii 18.35 Perfect imperfect 20.00 Telejurnal 21.00 Repriza a treia 21.40 Fotbal: România – Polonia 23.45 Repriza a treia 0.30 Fotbal: Rezumate din preliminariile Campionatului Mondial Rusia 2018 1.30-6.00 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile ProTv 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Vocea României 23.30 Film: „Capcana viitorului" (SUA, 2007). Cu: Nicolas Cage, Julianne Moore 1.30 Serial: „Americanii" 3.30 Serial: „Renegata" 5.00 Ce spun românii (r).

[antena]
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 X Factor 23.00 iUmor (r) 1.30 Serial: „Camelot" 2.30 Observator (r) 3.15 Acces direct (r).

PRIMA TV
6.45 Teleshopping 7.15 La Tv (r) 7.45 Focus 18 (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mondenii 11.30 Revendicarea 12.30 Focus Magazin (r) 14.00 Focus 14 14.30 Teleshopping 15.00 Cireaşa de pe tort 16.00 Mondenii 16.30 Focus 17.00 La Tv (r) 18.00 Focus 19.30 Mama mea găteşte mai bine 20.30 Film: „Secretul lui Bachus" (România, 1984). Cu: Octavian Cotescu, Gheorghe Dinică 23.00-6.00 Reluări.

acasă
5.30 Vorbeşte lumea (r) 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Vieţi schimbate" (r) 10.15 Serial: „Intrigi în Paradis" (r) 11.30 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Intrigi în Paradis" 19.00 Serial: „Vieţi schimbate" 20.00 Serial: „Stadiul relaţiei: complicat" 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-5.30 Reluări.

TVR 2
8.10 Dimineaţa de sport 9.30 Serial (r) 10.10 Femei de 10, bărbaţi de 10 11.45 Documentar 360º – GEO 13.00 Telejurnal 14.00 Cultura minorităţilor 14.30 Minorităţi sub trei dictaturi 15.00 TVR 60 16.10 Ieri-Azi-Mâine 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR 60 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Detectiv cu greutate: ucigaşul din Miami" (coprod., 1991). Cu: Bud Spencer, Lou Ferrigno 22.10 Gala umorului 23.10 Film: „Love Ranch" (SUA, 2010). Cu: Helen Mirren, Joe Pesci 1.10-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
6.00 Film: „Înfrângerea" (r) 8.30 Ce spun românii (r) 9.30 Serial: „La bloc" (r) 12.00 Film: „Aterizare forţată" (r) 13.30 Film: „Michael Jackson: Asta-i tot" (r) 16.00 Serial: „La bloc" 18.15 Film: „Pe chei" (SUA, 1954) 20.30 Film: „Anaconda" (SUA, 1997) 22.15 Film: „Nisipuri roşii" (SUA, 2009) 0.00 Film: „Trafic" (SUA, 2000) 2.45 Film: „Gothika" (SUA, 2003) 4.30 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ – 12 noiembrie

TVR 1
7.00 Întrebări şi răspunderi (r) 8.00 Europa mea (r) 9.00 La bani mărunţi 9.30 Superconsumatorul (r) 10.30 Zon@ 11.00 Dincolo de viitor 11.30 Vreau să fiu sănătos! 12.30 Ochiul magic (r) 13.30 Geopolitice 14.00 Telejurnal 14.30 Adevăruri despre trecut 15.00 Ora regelui 16.00 Handbal 18.00 Exclusiv în România 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.00 O dată-n viaţă 23.00 Profesioniştii 0.00-5.35 Reluări.

PRO TV
6.00 Lecţii de viaţă (r) 7.00 Ştirile ProTv 10.00 I lile IT 10.30 Ce se întâmplă, doctore? 11.00 Arena bucătarilor 11.30 Film: „Bingo" (SUA, 1991) 13.15 Film: „Sub acoperire" (SUA, 2012) 15.15 Jocuri de celebritate (r) 16.15 Vocea României (r) 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Film: „Că Thor" (SUA, 2011) 22.45 Film: „Bona" (SUA, 2011) 0.30 Film: „Thor" (r) 2.30 Serial: „Americanii" 4.00 Serial: „Renegata" (r).

[antena]
6.00 Observator 8.00 Camera Cafe 10.30 Chefi la cuţite (r) 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Mireasă pentru fiul meu 19.00 Observator 20.00 Te cunosc de undeva! 23.15 Film: „Contract de căsătorie" (SUA, 2013) 1.30 Film: „Prima lovitură a lui Jackie Chan" (Hong Kong, 1996) 1.30 Film: „Prădătorul din mlaştină" (SUA, 2011). Cu: Kristy Swanson 3.15 Film: Contract de căsătorie" (r).

PRIMA TV
7.00 Teleshopping 7.30 Trăsniţii (r) 8.45 Secrete de Stil 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea găteşte mai bine 12.00 Chef Dezbrăcatu' (r) 12.30 Cu lumea-n cap 13.00 Focus 14.00 Film: „Calea luptătorului paşnic" (SUA, 2006). Cu Scott Mechlowicz, Nick Nolte 16.00 Schimb de mame (r) 18.00 Focus 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Film: „Trenul condamnaţilor" (SUA, 2002) 22.30 -6.00 Reluări.

acasă
6.00 Film: „Subiectul e căsătoria" (Canada, 1998). Cu: Leslie Hope 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial: „Vieţi schimbate" (r) 10.15 Film: „Intrigi în Paradis" (r) 11.30 Serial: „Stdiul relaţiei: complicat" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Regina inimilor" 20.00 Film: „Romane şi psihoterapie" (SUA, 2001). Cu: Courtney Cox, David Arquette 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-5.30 Reluări.

TVR 2
7.15 Teleshopping 8.00 Natură şi sănătate (r) 8.30 Serial: „Prietenie cu năbădăi" 9.30 Serial (r) 10.00 Mic dejun cu un campion 11.00 Handbal 13.00 Legile afacerilor 13.30 Gala umorului (r) 14.25 Film: „Întruntarea regatelor magice" (SUA, 1996) 16.00 Memorialul Durerii 17.00 Arte, carte şi capricii 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR60 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Ce-şi doresc femeile" (SUA, 2000) 22.20 Film: „Trei fugari" (SUA, 1989) 0.00-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
6.45 Sedrial: „Pe chei" (r) 9.00 Serial: „La bloc" (r) 11.15 Film: „Monty Python: Nu e Mesia" (r) 13.15 Film: „Celine: În ochii lumii" (SUA, 2010) 15.45 Serial: „La bloc" 18.00 Film: „Ultima aventură" (SUA, 1993) 20.30 Film: „Mâini de aur: Povestea lui Ben Carson" (SUA, 2009) 22.45 Film: „Ţinutul ghețurilor" (SUA, 2013) 0.45 Film: „Slăbiciuni" (SUA, 1998) 2.30 Film: „Seducţie" (SUA, 2000) 4.00 Film: „Johnny Mnemonic" (SUA, 1995) 5.45 Cine A.M.

DUMINICĂ – 13 noiembrie

TVR 1
7.00 Teleenciclopedia (r) 8.10 Universul credinţei 9.30 Pro. Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viaţa satului 13.00 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Ultima ediţie 15.00 Politică şi delicateţuri 16.00 Handbal 18.00 Lozul cel mare 18.30 Doc.: „Puterea binelui" 19.00 Ochiul magic 20.00 Telejurnal 21.10 Doc.: „Viaţa în ritmul mării" 23.00 Garantat 100% 0.00 Doc.: „Puterea binelui" 0.35-5.35 Reluări.

PRO TV
6.00 Ce se întâmplă, doctore? (r) 6.30 Arena bucătarilor (r) 7.00 Ştirile ProTv 10.00 Ce spun românii (r) 11.00 Film: „Sub acoperire" (r) 13.00 Apropo Tv 14.00 Film: „Ce vrăji a mai făcut nevasta mea" (SUA, 2005). Cu: Nicole Kidman 16.00 Visuri la cheie (r) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Film: „2012" (SUA, 2009) 23.45 Film: „Înainte să adorm" (coprod., 2014). Cu: Nicole Kidman, Colin Firth 1.30 Apropo Tv (r) 2.15 Serial: „Americanii" 3.45 Serial: „Renegata" 5.15 Ce spun românii (r).

[antena]
6.00 Observator 9.30 Te cunosc de undeva! (r) 13.00 Observator 13.15 Next Star (r) 16.00 Observator 16.15 X Factor (r) 19.00 Observator 20.00 iUmor 22.00 Serial: „Băieţi de oraş" (r) 23.00 În puii mei! (r) 0.00 iUmor (r) 2.00 Observator (r) 3.00 Serial: „Camelot".

PRIMA TV
7.00 Teleshopping 7.30 Trăsniţii (r) 8.15 La TV (r) 8.45 Casa: construcţie şi design 9.20 Teleshopping 10.00 Mama mea găteşte mai bine (r) 13.00 Focus 13.30 Film: „Paradisul în direct" (România, 1997). Cu: Alexandru Arşinel, Tamara Buciuceanu 15.30 Chef Dezbrăcatu' 16.00 Cronica Cârcotaşilor (r) 18.00 Focus 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Schimb de mame 22.30 Trădaţi în dragoste 0.15 Film: „Paradisul în direct" (r) 2.30 Iubiri secrete 4.30-6.00 Reluări.

acasă
6.00 Film: „Jocul aşteptării" (Canada, 1998) 8.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 9.15 Serial (r) 11.15 Teleshopping 11.30 Film: „Romane şi psihoterapie" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Clona" 15.00 Serial: „Culorile iubirii" 16.00 Serial: „Pentru că te iubesc" 17.00 Serial: „În aşteptarea dragostei" 18.00 Serial: „Regina inimilor" 20.00 Film: „De făcut până la 30 de ani" (coprod., 2008). Cu: Amber Benson, Christopher Jacot 22.00 Serial: „Puterea destinului" 23.00 Serial: „State de România" 0.00-4.30 Reluări.

TVR 2
7.15 Teleshopping 8.00 Cap Compas (r) 8.30 Ferma 9.30 Serial (r) 10.00 Pescar hoinar 10.30 Natură şi aventură 11.00 Gala Fotbal 13.00 Cap Compas 13.30 Natură şi sănătate 14.10 Film: „Cucoana Chiriţa" (România, 1986) 15.45 TVR60 16.00 Duelul pianelor 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Serial: „Aripi de mătase" 18.35 TVR60 19.00 Telejurnal 20.00 Te vrea România! 22.10 Film: „Chiriţa în Iaşi" (România, 1987). Cu: Draga Olteanu Matei, Dem Rădulescu 0.00 Deportaţii 1.10-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
6.00 La Măruţă (r) 7.45 Film: „Povestea lui Esther Costello" (r) 10.00 Serial: „La Bloc" (r) 12.15 Film: „În ochii lumii" (r) 14.45 Film: „Buddy" (SUA, 1997) 16.30 Serial: „La bloc" 18.45 Film: „În ritm de step 2" (SUA, 2010) 20.30 Film: „Brigada de investigaţii" (SUA, 2008) 22.15 Film: „Joc periculos 4" (SUA, 2010) 0.00 Fim: „Bugsy" (SUA, 1991) 2.45 Film: „Jaf în lumea artei" (coprod., 2004) 4.15 Cine A.M.

RECONSTITUIRI

Integramă de M. ALBU

OAMENI CU AVERE / ZIDUL APĂRĂRII		DĂ LECȚII DE MORALĂ / LIMBA LUI TOLSTOI		SUPORT DE TUN / FLOARE ALBASTRĂ	ÎN BUNCĂR ! / ANOTIMPURI CU ZĂPADĂ		CÂNTEC DE LEAGĂN / ARBORE RIVERAN	MIC FORT DE APĂRARE / INDIVID
BANI DE AUR DIN ANGLIA / PLANTĂ CU NOROC						ȘIR DE LITERE / A DELIRA		
				A-ȘI DUCE ZILELE / PEȘTIȘOR ARGINTIU			TULPINĂ DE MICȘUNEA ! / CALAPOD	
A FELIA PÂINEA / PRIMELE LA BISERICĂ !			PLIN DE OMÂT / CASĂ ÎN PARAGINĂ					PERICOLE ASUMATE
	CAVITATE A INIMII / MITITEL SUB CLOȘCĂ						A MUNCI CU PLUGUL / ȘI MULTE ALTELE	
CAUCIUC PE ROATĂ / A-ȘI DA ADEZIUNEA					CERBI LA POLUL NORD / A SUBȚIA BĂUTURA			ȘCOLI SECUNDARE
		CUTAT LA FAȚĂ / A COTI CU MAȘINA					INTRAREA ÎN SLATINA ! / URECHEATUL ÎNTRE OI	
ORI / CEREȘTI / DEASUPRA						DEOARECE / SPORT CU ARCUL		
	MARE DE STATURĂ / COADĂ DE COBAI !						BĂUTURĂ RĂCORITOARE / INIMĂ DE CORMORAN !	
GĂSITĂ CU GREU / ALUAT DE PÂINE				FACE OCHII MARI				
			CULOAREA CASTANEI					

Verificați-vă cunoștințele!

Statui

1. Care este considerată cea mai mare statuie de piatră din țara noastră, și din Europa?
2. Cum se numea sculptorul cipriot din mitologia greacă, îndrăgostit de statuia pe care o crease?
3. Cine este autorul statuii lui Mihai Viteazul din București?
4. Cum se numeau statuetele din pământ ars, găsite în necropolele din lumea greco-romană, mai ales într-o anume localitate?
5. Ce poet român (1876-1957) a publicat volumul de versuri intitulat „Statui"?
6. În ce operă de Wolfgang Amadeus Mozart (1756-1791) apare în final Statuia Comandorului, care sosește pentru a îndeplini un act justițiar?
7. Despre care dintre sculpturile marelui Michelangelo se spune că este ultima operă în piatră a marelui artist?

Răspunsurile din numărul trecut

1) „Legea asupra instrucțiunii" a fost inițiată de Alexandru Ioan Cuza. 2) Învățământul de toate gradele din România a fost reorganizat pe baze moderne de Spiru Haret (1851-1912). 3) În anul 1966, ziua de 5 octombrie a fost proclamată drept „Ziua Mondială a Educației". 4) Volumul de versuri „Copiii noștri" a fost scris de Edwin Arlington Robinson. 5) Lucrarea monumentală „Joc de copii" din parcul Herăstrău din București poartă semnătura lui Nicolae Enea. 6) Lucrarea muzicală „Impresii din copilărie" aparține lui George Enescu. 7) Filmul „Tată și copii" a fost realizat de regizorul Dino Risi.

Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Toamna" următorii prieteni ai rubricii noastre ne-au trimis câte 7 răspunsuri corecte: *Florentina Gorea,* Topliţa; *Mioara Popa,* Iaşi; *Maria Besciu,* ?; *Elena Ispas,* Piatra Neamţ; *Monica Vlad,* Timişoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Luminița Popescu* și *Georgeta Ioan,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcăianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei și *Ing. Mihai Waspusch,* București.

✉ ***Ing. SILVIU IAGADA, Turnu Măgurele.*** Nu v-am dat niciun răspuns privitor la celelalte întrebări, pentru că pur și simplu își așteaptă rândul la apariție. Vor vedea și ele curând lumina tiparului. *(Irina Stoica)*

Umor

☺ *– Săracu' de tine, așa tânăr și ai Parkinson...*

– Nu am, dansez Harlem Shake!

☺ *– Îmi este cu neputință să vă căsătoresc, explică ofițerul stării civile moldoveanului. Mireasa nu are decât 17 ani și are nevoie de consimțământul tatălui!*

– Păi cine credeți că e individul care stă lângă ușă cu pușca în mână? răspunde mirele.

☺ *El și ea, acasă:*

– Draga mea, în 3 ore trebuie să ieșim.

– Dar, dragul meu, abia mi-am spălat părul, nu se va usca până atunci!

– Draga mea, pentru cazuri din astea, există uscător. În cazuri excepționale, fier de călcat, iar în cazuri extreme, foarfeca. Deci alege!

☺ *– Iubitule, ce ai vrea să facem împreună în noul an?*

– Păi... draga mea... hai să facem ceva ce n-am mai făcut niciodată!

– Ce?

– Eu beau liniștit, iar tu taci!

☺ *Un bilețel pe masa din bucătărie: „Dragii mei Optimiști, Pesimiști și Realiști, în timp ce voi vă certați, încercând să demonstrați dacă sticla este pe jumătate plină sau goală, eu am băut-o.*

Oportunistul!"

☺ *– De ce lași în testament mai mulți bani noilor servitori decât celor vechi?*

– Ăia noi nu prea au avut timp să fure!

SUDOKU

jocul săptămânii: 44

6	9					8		
3		4		8			1	9
		1						
	6	2	9	3				
5			7		8			1
				5	4	2	9	
						1		
7	4			6		9		5
		6					3	8

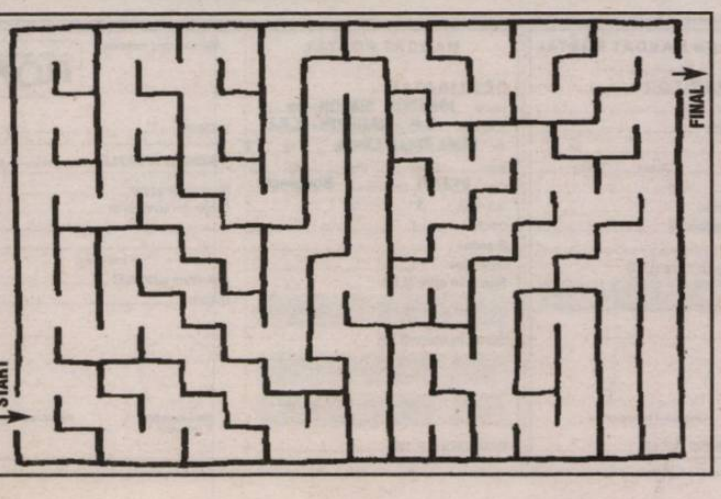
Soluția în numărul viitor

Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 43

1	5	7	2	4	6	9	8	3
6	9	4	1	8	3	7	5	2
3	2	8	5	9	7	1	4	6
7	6	9	8	5	1	3	2	4
2	8	3	9	6	4	5	1	7
4	1	5	7	3	2	6	9	8
9	7	1	3	2	8	4	6	5
8	3	6	4	1	5	2	7	9
5	4	2	6	7	9	8	3	1

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



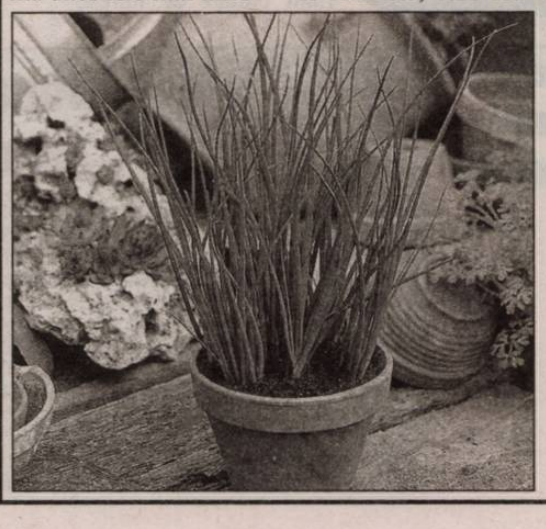
SOLUȚIA INTEGRAMEI „INTERFERENȚE".
ORIZONTAL: *A - B - A - O - B - N - INDRAGOSTITA - CIULIN - ROIT - CONT - LOTO - RI - RAIA - RANI - V - AER - RIAL - CAI - P - IBIS - CART - AS - AICI - LAIE - TOT - ATEI - PM - TIPAT - IRADIA - REIAT - ETICI - VENERAT - INEL.*

Sfaturi practice

Chivas

◆ Plantă aromatică erbacee, ce este cunoscută și sub denumirea de ceapă de tuns. Se dezvoltă și formează bulbi, ușor conici, frunzele sunt foarte subțiri, de culoare verde închis, tubulare, cu textură fină, iar florile sunt mici, grupate sub forma unei bile mai mici și au culoare mov. Planta are un miros fin, mai puțin intens decât ceapa.

◆ Se dezvoltă bine în soluri bine drenate, în locuri însorite. Dacă este ținută în locuri friguroase, pe durata sezonului rece își pierde frunzele, care reapar odată cu venirea primăverii.



◆ Se seamănă toamna, în lunile septembrie-octombrie sau primăvara devreme, direct pe rânduri sau în ghivece. Frunzele se pot recolta la două luni de la semănat.

◆ Se înmulțește ușor, deoarece în jurul bulbului principal se formează alții mai mici, care se despart de tufă.

◆ Se utilizează doar frunzele care se taie la 2-5 cm de la sol. Se folosesc în stare proaspătă și pot fi păstrate în frigider aproape o săptămână după recoltare. Frunzele uscate își pierd aroma. Se spală doar înainte de utilizare.

Zodiile şi pietrele preţioase

Se ştie bine că fiecare zodie are o piatră preţioasă prielnică, menită să armonizeze energiile interioare ale celui care o poartă şi chiar să le absoarbă pe cele negative. Ni se recomandă, dacă nu o purtăm, măcar să o aşezăm undeva în apropierea noastră, pentru a ne proteja şi a ţine casa departe de energiile negative. În rândurile ce urmează vă vom prezenta un scurt ghid al pietrelor preţioase benefice fiecărei zodii.

BERBEC. Nativii acestei zodii sunt aflaţi sub stăpânirea planetei Marte, cea care patronează curajul, forţa, rezistenţa sau chiar duritatea. Încă din Evul Mediu s-a făcut asocierea între Marte, Berbec şi ***diamant.*** Piatra simbolizează puterea, claritatea, sinceritatea. Celui care o poartă îi dă curaj, forţă, încredere. Se spune chiar că aduce longevitate. Are proprietatea de a întări vederea, memoria şi de a ajuta în bolile creierului.

TAUR. Semn guvernat de elementul Pământ şi de planeta Venus, nativii Taur îşi încarcă bateriile în natură. Culoarea verde este ca un balsam pentru ei. Evident, ***smaraldul*** este piatra lor norocoasă, cea care reprezintă sănătatea, bucuria, abundenţa. Cel care o poartă este apărat de ghinion. Smaraldul ajută la îndeplinirea dorinţelor, aduce bunăstare, dragoste, optimism, armonie. Mai este cunoscută şi ca piatra fidelităţii, nativul având parte de iubirea statornică a partenerului.

GEMENI. Aflaţi sub stăpânirea elementului Aer, pentru aceşti nativi schimburile sunt esenţiale, fie de idei, de bunuri sau chiar cu natura. Gemenii au nevoie de aer şi la propriu, şi la figurat, de aceea sunt uneori cam... aerieni. ***Topazul*** este piatra benefică acestui semn zodiacal. Piatra simbolizează optimismul, veselia, libertatea, înţelepciunea. Cel care poartă această piatră îşi poate echilibra

uşor energiile, tensiunea internă scade. Topazul contribuie la luarea unor decizi corecte, stimulează simţul practic, conferă charismă. O veche legendă ne dezvăluie că în situaţii periculoase sau de urgenţă îl poate face invizibil pe cel ce o poartă. Medical, ajută la vindecarea astmului, a tuberculozei şi a altor maladii respiratorii, elimină stresul, previne îmbătrânirea şi reglează metabolismul.

RAC. Zodia Rac este cea mai sensibilă dintre toate semnele. Sunt stăpâniţi de elementul Apă şi de Lună. Nativii îşi schimbă uşor starea de spirit şi preiau emoţiile celor din jur. Când nu se simt în siguranţă se pot închide ca într-o scoică, la fel ca ***perla,*** piatra lor benefică. Se ştie despre această piatră că este destinată cu precădere femeilor aflate în acest semn zodiacal. Perla simbolizează puterea, graţia şi romantismul. Îi poate ajuta pe cei care o poartă să se iubească mai mult şi să se facă iubiţi de cei din jur, guvernează naşterea şi regenerarea, prezidează căsătoria, fiind purtate de mirese încă din Antichitate şi până în zilele noastre. Hinduşii spun despre perlele albe că aduc faima, cele galbene, bogăţia iar cele bleu, norocul. Pentru sănătate au rol benefic în bolile de stomac, liniştesc digestia, stresul emoţional şi dezechilibrele psihice, întăresc sistemul imunitar şi sunt afrodisiace.

LEU. Suveranul semnelor zodiacale, zodia Leu este guvernată de elementul Foc şi de Soare. Într-adevăr, nativii Leu sunt înflăcăraţi şi răspândesc în jur căldură, la fel ca ***rubinul,*** piatra lor preţioasă, cea care prin tradiţie este piatra capetelor încoronate. Rubinul simbolizează focul sacru, pasiunea, curajul şi vitalitatea. Piatra fortifică voinţa, puterea, cutezanţa celui care o posedă şi îl poate ajuta să o folosească în scop nobil, înţelept. Se spune despre această piatră că aduce succes, creşte dragostea de viaţă, energizează, inspiră, amplifică pasiunea şi energia sexuală, îi protejează în lupte şi în dispute, dar şi că descurajează violenţa. Pentru sănătate este benefică pentru inimă şi sistemul circulator.

FECIOARĂ. Mereu preocupaţi de ce este în jurul lor, nativii Fecioară se frământă cum să le facă pe toate, cum să fie de folos celor din jur, cum să îşi menţină propria sănătate şi cum să facă faţă programului încărcat pe care îl au. Iată că pentru aceşti nativi guvernaţi de elementul Pământ şi de planeta Mercur, natura le-a hărăzit o piatră benefică, ***peridotul,*** cea care îi poate ajuta să-şi găsească liniştea şi care le înseleneşte viaţa. Piatra semnifică sănătatea, relaxarea, tonusul, belşugul, are virtuţi purificatoare, aduce o stare interioară benefică celui care o poartă, poate elimina teama, nervozitatea, invidia, spiritul critic. Se spune despre peridot că poate îmbunătăţi relaţiile cu cei din jur, oferă înţelegere, dragoste, prosperitate şi o căsnicie liniştită.

Săptămâna viitoare vom prezenta celelalte şase zodii.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Cei din a patra dimensiune ■ Nobel şi „bobul" de literatură ■ Întoarcerea dinozaurilor ■ Autovehiculele viitorului ■ Razboiul deşertului ■ Graz – bastion al creştinismului ■ Vitalitate luată cu linguriţa ■ Fanaticii muncii îşi pun viaţa în pericol ■ Filme care au schimbat istoria

HOROSCOP
7-13 noiembrie 2016

BERBEC 21.03-20.04

Aveţi o dorinţă de nestăpânit legată de călătorii, de explorare a noi teritorii şi să învăţaţi ceva nou. Cu toate acestea, viaţa decurge destul de intens şi vă ţine ocupaţi cu tot felul de probleme. În weekend, trebuie să fiţi atenţi cum circulaţi. Sunt posibile mici conflicte cu oamenii legii.

TAUR 21.04-21.05

Deoarece Soarele este situat departe de zodia dumnevoastră, în aceste zile simţiţi nevoia de mai mult somn. Ar fi de preferat odihna, în detrimentul suprasolicitării organismului. Sunt atâtea căi să vă relaxaţi şi nu cred ca e cazul să vă faceţi prea multe probleme.

GEMENI 22.05-21.06

Sunteţi dornici să atingeţi perfecţiunea. Dar trebuie să recunoaşteţi că sunteţi destul de inteligenţi ca să vă daţi seama că perfecţiunea este imposibil de atins. Cu toate acestea, vă străduiţi să fiţi măcar mai organizaţi. Singurul nor care vă întunecă orizontul este în weekend, când ar putea exploda o ceartă legată de o proprietate comună. Fiţi atenţi la replicile acide...

RAC 22.06-21.07

Acceptaţi o invitaţie la o petrecere şi vă bucuraţi de perioada bună pe care o trăiţi. Aveţi oportunitatea de a vă exprima talentul creativ, mai ales că cineva apropiat vă roagă să-l ajutaţi într-o problemă organizatorică. Nimic mai simplu pentru dumneavoastră!

LEU 22.07-22.08

Zilele acestei săptămâni sunt destul de aglomerate, cu multă solicitare nervoasă şi mult stres acumulat. Un pic mai multă odihnă vă ajută să vă relaxaţi şi să vă regăsiţi forma fizică obişnuită. În weekend faceţi o mică drumeţie alături de persoana iubită.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Ritmul trepidant în care trăiţi vă ţine ocupaţi tot timpul. Conversaţii cu toată lumea, scurte excursii, comisioane. Într-un cuvânt, sunteţi fericit, deoarece vă place să aveţi o agendă plină şi un scop pe care să-l îndepliniţi. Succes!

BALANŢĂ 23.09-22.10

Vă preocupă starea dumneavoastră financiară şi vă ocupaţi intens de aceasta. Se pare că aţi lăsat prea mult timp ca lucrurile să meargă de la sine. Nu vă comportaţi ca un struţ care îşi ţine capul sub nisip. Dacă vă agitaţi puţin şi vă organizaţi planurile, totul o să revină la normal şi veţi avea doar de câştigat.

SCORPION 23.10-21.11

Soarele şi Mercur sunt încă în zodia dumneavoastră şi sunteţi dornici să vorbiţi cu toată lumea. Norocul vă iese în cale şi vă veţi bucura de tot felul de situaţii de pe urma cărora bugetul vi se va rotunji simţitor. Folosiţi resursele financiare pentru a face cadouri celor dragi. Vă decideţi să faceţi şi câteva investiţii pentru propria garderobă.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Diplomaţia şi farmecul de care dispuneţi vă face apreciaţi de cei din jur. Este şi un moment prielnic pentru a face cumpărături, vă înnoiţi garderoba, vă schimbaţi lookul sau doar culoarea părului. Modificări pe care persoana iubită le observă şi le apreciază. Succes!

CAPRICORN 22.12-19.01

Vă bucuraţi de compania oamenilor mai tineri, iar ideile şi sugestiile dumneavoastră sunt apreciate şi puse în practică. În aceste zile se pare că vă ţine calea o nouă poveste de dragoste în care veţi investi multă pasiune. Mare atenţie însă la excesul de zel. Nu întotdeauna este apreciat şi mai ales nu întotdeauna de persoana iubită.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Cu planeta Mercur situată în partea de sus a diagramei dumneavoastră vă simţiţi ca un mare înţelept autoritar, pe care bineînţeles că toată lumea îl ascultă. Până în weekend vă simţiţi un pic ameninţaţi de cei care nu vă aceptă în cercul prietenilor. Nu e chiar o problemă, ştiţi să vă faceţi ascultaţi!

PEŞTI 19.02-20.03

Se anunţă o săptămână excelentă. Aveţi capacitatea necesară să priviţi situaţia lucrurilor în ansamblu şi asta vă dă o şansă în plus ca să rezolvaţi până şi cele mai dificile probleme. Atenţie la excesele alimentare pe care aveţi tendinţa să le faceţi, mai ales în weekend!

Nativul săptămânii: **EDMOND HALLEY** (08.11.1656 – 14.01.1742)

A fost un astronom, matematician, cartograf, geograf şi meteorolog englez. Acest nativ al zodiei Scorpion este cel care a descoperit cometa Halley, cea care apare pe cer o dată la 76 de ani şi cel care a găsit metoda de măsurare a distanţei dintre două stele (deplasare paralaxă).

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 0213178964

Abonamente la „Magazin" direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	6,00 LEI
❑ 2 LUNI	12,00 LEI
❑ 3 LUNI	18,00 LEI
❑ 4 LUNI	24,00 LEI
❑ 5 LUNI	30,00 LEI
❑ 6 LUNI	36,00 LEI

„Magazin" oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Abonaţi-vă la magazin

Cheltuielile poştale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacţie.

Nu aveţi decât să trimiteţi printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701), contravaloarea abonamentului solicitat (vezi preţurile în talonul alăturat la care se adaugă taxa poştală de expediere) sau să achitaţi în conturile bancare indicate la pagina 2 şi puteţi beneficia de toate avantajele enunţate. În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal. Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe şase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni) în conturile societăţii.

CUPON MANDAT POŞTAL
Nr. .....
EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Judeţul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
Ştampila cu data prezentării
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION - la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piaţa Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....

Sigiliu control mandate
POŞTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAŢII SPECIALE .....
Nr. mandat poştal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre şi litere)
Semnătura salariatului .....
Diriginte .....
Ştampila cu data prezentării
Sigiliu cu sigla RO

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

Biblioteca Judeţeană MUREŞ

SERIE NOUĂ - 1322 ● ANUL LIX ● 10 NOIEMBRIE 2016 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 45 (3073)

magazin

Mail: redactia@revistamagazin.ro Adresă INTERNET: www.revistamagazin.ro

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Caleidoscop

Cei din
A PATRA DIMENSIUNE

Femina club

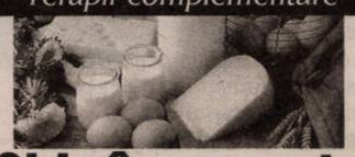
Lecţii de nutriţie

Ce alimente ne îmbătrânesc prematur

Dosarele frumuseţii

Măşti cu fructe

Terapii complementare



Şi brânza poate dăuna sănătăţii

«Ce-i iubirea? Să nu-ţi doreşti să schimbi coliba pe palat.»
Proverb chinezesc

Inteligenţa artificială pune stăpânire pe lumea oamenilor

Se naşte generaţia maşinilor fără şofer!

Viitorul aparţine maşinilor şi maşinăriilor inteligente. Inteligente şi conectate la Internet. Pe lângă Internetul Lucrurilor, apar şi maşinile inteligente, adică fără şofer. Unii zic că este un pas înainte, alţii spun că se acumulează probleme.

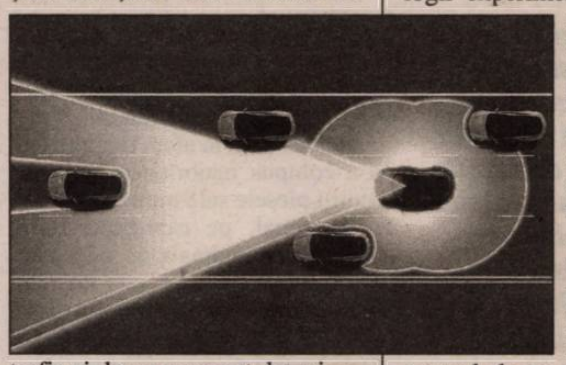
Adepţii maşinilor fără şofer, mereu entuziaşti în faţa progresului tehnologic de nestăvilit, sunt convinşi că aceste vehicule, conduse de senzori şi Internet ar elibera pasagerii de griji, ar micşora numărul accidentelor mortale sau comune şi ar scădea numărul poliţelor de asigurări auto sau mai exact spus al despăgubirilor pe care ar trebui să le plătească societăţile de asigurare. Visele vor trebui însă confirmate de realitate.

Tranziţia spre maşinile de nouă generaţie, cele fără şofer, face deocamdată paşi timizi. Două-trei companii puternice s-au înhămat la acest jug, al vehiculelor inteligente. Convinşi că, aşa cum arată unele studii, maşinile fără şofer vor crea „oportunităţi de afaceri", în vreme ce unele servicii vor dispărea. Uber, compania care deţine aplicaţia ce a băgat spaima în taximetriştii de pretutindeni, lucrează la un vehicul autonom; Google, care face bani din motorul de căutare testează maşina care se conduce singură; Apple nu se lasă mai prejos, iar Tesla vrea să ia cireaşa de pe tort, deşi se arată şi cea mai vulnerabilă atunci când trebuie să se confrunte cu realitatea.

Revoluţia maşinilor fără şofer se coace în marile laboratoare, miza fiind un business fabulos. Modelul de business, numit de americani „shared economy", adică un fel de „economie la comun", se bazează pe ideea unor produse şi servicii folosite la comun, pentru a aduce transportul inteligent tot mai aproape de realitate. Întrebarea promiţătoare sună cam aşa: Cum ar fi să existe maşini fără şofer la dispoziţia oricui, care să fie chemate printr-o simplă aplicaţie de pe smartphone? Suntem în plină revoluţie industrială, cea de-a patra: Internetul, Inteligenţa artificială (IA), pun stăpânire pe aspectele fizice ale vieţii de zi cu zi.

Probleme în traficul inteligent

Un studiu realizat în Portugalia mai spune şi că, dacă s-ar folosi maşini fără şofer, s-ar diminua puternic poluarea într-un oraş ca Lisabona, asta dacă maşinile inteligente ar fi şi electrice, iar spaţiile de parcare s-ar reduce simţitor, „astfel că s-ar elibera în Lisabona o suprafaţă echivalentă cu 210 stadioane de fotbal". Asta este zona entuziaştilor. În zona realităţii, lucrurile sunt un pic mai complicate. Dilema cu IA şi integrarea sistemelor conectate la Internet este că tehnologiile au luat-o înainte cu viteză, în vreme ce problemele de securitate au rămas pe planul cinci. E bine că totul este preluat de aplicaţii şi Internet, dar necazul apare în momentul în care în aceste sisteme poate intra oricine şi poate prelua controlul asupra lor. Astfel, cum s-ar putea gestiona următoarea problemă: maşina fără şofer este condusă în



trafic şi, la un moment dat, cineva care ar prelua controlul sistemului ar „trage" de volan şi ar izbi autovehiculul într-un zid, omorând toţi pasagerii? Cum se securizează sistemele unei maşini fără şofer pentru ca asemenea întâmplări să nu fie posibile?

Ceva asemănător, chiar dacă nu cu consecinţe atât de grave, s-a întâmplat de curând, punând inginerii companiei Tesla în gardă. Ei au fost nevoiţi să actualizeze sistemul de operare instalat în computerul maşinii electrice după ce câţiva cercetători din China au reuşit să compromită informatic programul respectiv şi să manipuleze de la distanţă sistemul de frânare al maşinii în timpul deplasării acesteia, după cum relatează BBC News. Preluarea controlului asupra maşinii fără şofer s-a făcut de la o distanţă de 19 kilometri, cu ajutorul unui laptop!

Aceasta este ceea ce se numeşte o „breşă de securitate" şi ea ar putea avea un efect devastator asupra acestei noi tehnologii experimentate pentru maşinile inteligente, fără şofer. Exemplul maşinii Tesla este folosit de comunitatea cercetătorilor în securitate cibernetică, ce atrage atenţia producătorilor auto „asupra vulnerabilităţilor sistemelor inteligente de control de pe maşinile vândute în prezent pe piaţă, care ar putea fi oricând exploatate de hackeri". Şi lucrurile nu se opresc aici. A făcut vâlvă în lumea cercetătorilor, dar nu numai, incidentul produs în SUA de un autovehicul electric inteligent produs de Tesla echipat cu Autopilot, sistemul ce permite maşinii să se conducă sau să efectueze singură unele manevre.

Sistemul era activat atunci când s-a produs accidentul, iar un comunicat al Agenţiei americane pentru securitatea rutieră preciza că „accidentul a avut loc atunci când un camion a virat la stânga în faţa maşinii Tesla la o intersecţie". Conducătorul maşinii Tesla a murit în urma rănilor suferite, dar bizareria a fost că „nici sistemul Autopilot, nici conducătorul auto nu au detectat manevra camionului şi prin urmare nu s-a frânat", după cum a precizat Tesla într-un comunicat preluat de Agerpres.

Securitatea e lăsată în urmă

Faptul că s-a deschis o anchetă, are mai puţină importanţă, ideea este că un concept revoluţionar, care ar putea avea darul de a schimba societatea, se dovedeşte a avea încă mari probleme de securitate. Amplificaţi întâmplarea petrecută în SUA pe un drum din Florida cu sute de milioane de maşini care ar putea circula într-un viitor nu prea îndepărtat pe şoselele lumii şi care, la un moment dat, s-ar putea găsi în situaţii similare sau mai grave chiar decât cea petrecută în SUA cu maşina experimentală Tesla! Şi asta deoarece, dincolo de implementarea tehnologiilor revoluţionare în maşina fără şofer, ar mai trebui tehnologizate şi milioanele de kilometri de drumuri (străzi, şosele, autostrăzi), pentru ca ele să devină compatibile cu autovehiculele fără şofer.

Ignorând aceste probleme, strategiile de PR pentru aceste maşini îşi văd de lucru într-un cer portocaliu. Prin urmare, se vorbeşte despre faptul că omenirea ar putea să îmbrăţişeze acest concept revoluţionar şi asta destul de repede! Un studiu de piaţă realizat de Deloitte a arătat că „ideea de a deţine o maşină începe să fie văzută ca fiind contraproductivă. În esenţă, şoferii plătesc taxe şi impozite, cheltuie o groază de bani pe combustibil, în timp ce automobilul stă nefolosit peste 20 de ore pe zi. În consecinţă, a avea la dispoziţie oricând o maşină autonomă nu mai pare o idee atât de nebunească". Mentalităţile se schimbă în funcţie de succesul campaniilor de PR. Primii paşi spre automobilul fără şofer se face prin includerea în mentalul colectiv a ideii de „shared economy"!

5 948427 000126 45

Biblioteca Judeţeană MUREŞ

Cei din a patra dimensiune

În numărul precedent am prezentat fiinţe umane contemporane nouă, absolut similare anatomic oricărui alt om de pe planetă, dar dotate cu capacităţi senzoriale fabuloase. În completare, astăzi ne referim la alţi oameni, de această dată capabili de performanţe miraculoase condiţionate deopotrivă de însuşiri individuale, educaţie şi antrenament constant.

● ***Spărgătorul de stânci.*** Deşi are binişor peste 80 de ani, Seken Tolebekov din Kazakhstan încă mai poate să spargă pietre cu mâinile goale. A debutat în această activitate (puternic productivă, nu-i aşa?) pe când avea doar 24 de ani, ceea ce înseamnă că între timp a zdrobit cel puţin o carieră de marmură. „Cred că mâinile mele au o anumită forţă. Am îmbătrânit, dar ele sunt încă puternice. Cred că această putere vine de undeva, de sus. Am început când eram tânăr. Simţeam neîncetat o căldură în mâna dreaptă, apoi am fost stăpânit de impulsul de a sparge pietre. Câteodată, unii încearcă să mă imite, dar se lasă cu răni şi oase rupte. Eu însă nu simt nicio durere când mâna îmi intră în contact cu piatra, senzaţia e ca şi cum aş fărâma nisip între degete.", mărturiseşte veteranul Seken.

● ***Batman şi delfinii.*** Sonarul este un instrument de locaţie sofisticat, din dotarea armatei, a submarinelor, dar care poate fi întâlnit sub o formă naturală absolut fascinantă şi la animale precum liliacul şi delfinul. Oamenii s-ar părea că nu sunt înzestraţi cu aşa ceva, dar poate fi doar o prejudecată, căci, iată, tânărul Ben Underwood are capacitatea de a „vedea" cu ajutorul ecolocaţiei umane. Din nefericire, el şi-a pierdut ochii în urma unui cancer şi a devenit complet orb. Cu toate acestea, utilizând o serie de „clickuri" sonore, el este capabil efectiv să navigheze în lumea din jurul său, ca şi cum ar vedea aievea.

● ***Dansând cu lei.*** Considerăm un mit ideea că a fost o vreme când omul putea comunica cu animalele printr-un limbaj ce ne-a devenit între timp interzis sau pe care l-am distrus prin neştiinţă, trufie şi ignoranţă. Totuşi, Kevin Richardson, specialist în comportamentul animalelor din regiunea sud-africană, a reuşit performanţa de a se înţelege atât de bine cu sălbăticiuni dintre cele mai feroce, încât a fost acceptat în mai multe grupuri de lei şi de hiene. El a spulberat aproape toate regulile de securitate, concentrându-se prioritar asupra intuiţiei şi mai puţin pe cunoştinţele tradiţionale privitoare la interacţiunea cu aceste animale sălbatice, care pot fi dresate, dar niciodată domesticite. Să ne imaginăm, totuşi, o lume în care vom trăi în armonie cu toate celelalte vietăţi ale Pământului!

„Circul visătorilor"
pentru copiii cu handicap

Dacă există voinţă, orice prejudecată poate fi înlăturată, atunci când vorbim despre o dimensiune umană lipsită de vicii şi porniri atavice necontrolate. Un exemplu absolut admirabil l-a oferit, în urmă cu un an, rusoaica Elena Pochon, care a înfiinţat la Geneva (Elveţia) Circul Visătorilor, primul circ destinat copiilor cu handicap, dar şi celor valizi. Elena a lucrat mulţi ani ca artist comic şi clown în diferite teatre şi circuri ruseşti. Împreună cu soţul ei are şase copii, dintre care doi suferă de anumite handicapuri, aşa că, odată ajunşi în zona romandă a Ţării Cantoanelor, au decis să-i ajute pe micuţii defavorizaţi, exercitându-şi mai departe meseria.

„Credem că fiecare copil, fără excepţie, în mod natural, are un talent, iar sarcina noastră de educatori şi părinţi este să descoperim aceste talente.", spune Elena. Pe 5 septembrie, Circul Viselor s-a deschis pentru 30 de copii, dintre care 6 au handicapuri. Programul lor include în special acrobaţii, echilibru, jonglerii, magie şi clownerie. De notat că, în scurt timp, instituţia unică în lume a atras numeroase familii – părinţi şi copii – de imigranţi ruşi, dar şi elveţieni şi din alte ţări. Un exemplu sensibil, impresionant şi plin de avantaje non-materiale despre ceea ce înseamnă, cu adevărat, a trăi într-o lume a normalităţii.

„Boscheţi"

Să vorbim corect!

Cuvântul este pe cât de supărător pe atât de incorect. Din nefericire, îl tot auzim în jurul nostru, folosit chiar de persoane despre care credeam că au o vorbire cât de cât îngrijită.

Este o formă de plural făcută după modelul substantivelor masculine şi a celor feminine terminate în „e", cu toate că „boschet" este de genul neutru.

În cazul nostru forma corectă este „boschete"; forma „boscheţi" nu există în niciun dicţionar. Face parte din aceeaşi familie cu „bări", „pălmi" şi altele de acest gen, care trebuie evitate. *(I.S.)*

Starea de veghe

Nobel şi „Bobul" de literatură

Emisiunile de ştiri de pe mapamond au fost cumva scoase dintr-o stereotipie riguros controlată de un fel de ştire destul de derutantă: juriul suedez al faimoaselor premii anuale Nobel au decernat anul acesta Nobelul pentru literatură cântăreţului Bob Dylan.

Păstrând proporţiile, dar şi o notă satirică pe care mi-o asum, aş zice că e ca şi cum fotbalistul-vrăjitor Gică Hagi ar primi premiul pentru cel mai bun hotelier din Europa, fiindcă se ocupă cu brio de afaceri hoteliere.

Altfel spus, pesemne că foarte multă lume – şi mai ales profesioniştii autentici din domeniul literaturii, fie ea de creaţie, critică sau istorie – s-a întrebat, după primele clipe de stupefacţie, cam ce merite deosebite pe tărâmul acestui dificil şi superb tărâm al spiritului va fi având îndrăgitul cântăreţ american, în afara faptului că şi-a compus majoritatea textelor pentru piesele sale muzicale.

Personal, pe cântăreţul Bob Dylan l-am îndrăgit de pe când eram un puştan, dar asta nu mă opreşte să mă tot mir că nişte oameni de talia celor din juriul suedez au putut face o asemenea alegere stranie. Şi poate că toate erau bune şi frumoase, lumea fericită, declaraţii sincere sau ipocrite, zâmbete de bucurie, de conjunctură şi discursuri politic corecte din partea unor mari lideri ai lumii, dacă acelaşi năstruşnic juriu nu ar fi pus bomboana pe colivă. Fiindcă s-au supărat din cale-afară pentru lipsa de recunoştinţă şi respect a celui onorat în mod atât de insolit cu o asemenea distincţie de notorietate planetară, care nu a catadixit nici măcar să le mulţumească juraţilor pentru alegerea lor. Aşa că numai că nu l-au ocărât şi nu au cerut o a doua rundă de scrutin.

Ceea ce poate fi însă chiar oripilant e explicaţia juriului pentru nominalizarea lor. Chipurile, ar fi vrut să iasă din şabloanele binecunoscute (?!), făcând un alt fel de alegere. Totuşi, să fim serioşi: din nefericire pentru acest altfel admirabil eveniment ştiinţific, cultural, social şi politic, a fost mai mereu „bântuit" pe ici, pe colo, de coada politicului vârâtă acolo unde era rost de conferit notorietate şi nu numai.

Nu vorbesc aici despre lobby-ul deşănţat făcut nu o dată pentru persoane alese *avant la lettre* spre a primi distincţia. Şi nici nu mă refer la nume intrate în istoria premiilor Nobel în detrimentul altora, incomparabil mai meritorii. Jenant e că tocmai cei ce împart aceste distincţii au găsit o scuză atât de penibilă referitoare la „schimbare", când de fapt ar trebui să aibă curajul şi responsabilitatea să schimbe mai întâi de toate „culisele" ce preced oficializarea propriu-zisă a nominalizărilor. Poate la anul...

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de

CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Adrian-Nicolae Popescu
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel./Fax: 021.317.89.66

GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef

ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România
Fax: 021.317.89.66

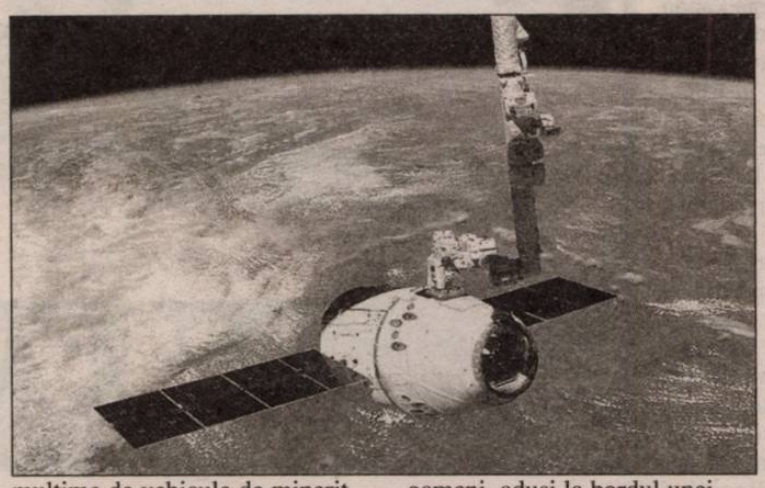
TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

Tiparul: **TIPOMEDIA PROD S.R.L.**

Un milion
de pământeni pe Marte?

În cadrul unei recente conferinţe ştiinţifice din ciclul de dezbateri „Ask Me Anything" (Întreabă-mă orice), organizată sub egida Reddit, directorul companiei SpaceX, controversatul om de afaceri sud-african Elon Musk, a dezvăluit planurile sale de colonizare a planetei Marte. El a spus că SpaceX intenţionează să trimită până la un milion de pământeni pe „Planeta Roşie" înainte de anul 2100.

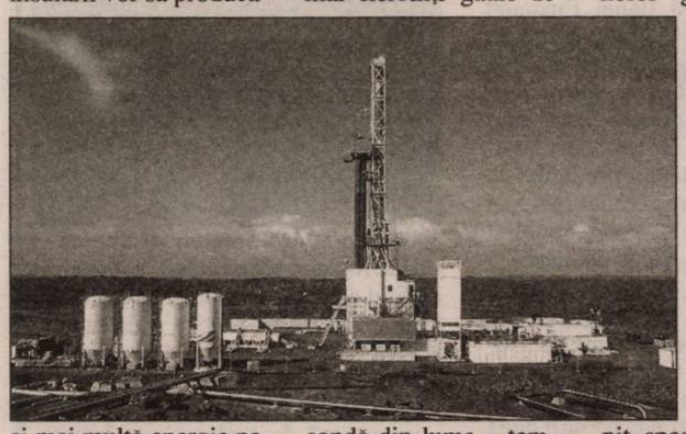


Mai întâi, SpaceX va înfiinţa o staţie de alimentare cu combustibil în spaţiu, va trimite naveta spaţială Dragon în misiuni de cercetare şi apoi va trimite spre Marte o a doua navetă, care va avea la bord echipamentul necesar construirii staţiei spaţiale marţiene. „Iniţial, vom folosi panouri de sticlă cu rame de fibră de carbon pentru a construi domuri geodezice la suprafaţa planetei, plus o mulţime de vehicule de minerit şi săpat tuneluri. Graţie acestora din urmă, vom dispune de un imens spaţiu presurizat, în subsolul planetei, pentru operaţiunile industriale, domurile de sticlă urmând să fie folosite drept sere", a precizat Musk.

Într-o primă fază, pe Marte ar urma să locuiască 100 de oameni, aduşi la bordul unei uriaşe rachete reutilizabile, care va face o escală la staţia de realimentare cu combustibil situată la jumătatea distanţei minime dintre Marte şi Terra. Potrivit lui Musk, prima misiune umană a companiei SpaceX ar uma să debuteze în 2024, echipajul sosind pe „Planeta Roşie" în 2026.

„Ciocanul lui Thor" produce energie

La ora actuală, nu mai puţin de 65% din necesarul energetic al Islandei e asigurat de energia geotermală, dar insularii vor să producă şi mai multă energie pe această cale ieftină şi ecologică. De aceea, islandezii au lansat proiectul „Thor" (după numele legendarului zeu al vikingilor), care vizează efectuarea unui foraj de aproape 5 km adâncime în stratul de lavă, la Reykjanes, în scopul producerii celor mai fierbinţi găuri de sondă din lume – temperatura situându-se între 400 şi 1.000 de grade de Celsius.



Dacă proiectul, ce urmează a fi finalizat până la sfârşitul acestui an, va fi încununat de succes, experţii consideră că el va genera o revoluţie în folosirea eficientă a energiei zonelor geotermale cu temperaturi ridicate. Rocile foarte fierbinţi vor încălzi mai rapid apa, pentru a produce aburi, iar aburul va pune în funcţiune turbinele şi, prin intermediul acestora, generatoarele electrice.

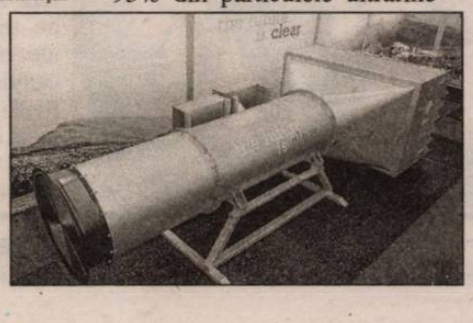
Ideea le-a venit specialiştilor islandezi în 2009, după descoperirea accidentală a unui rezervor de magmă la 2,2 km adâncime, rezervor care a fost ulterior exploatat, deasupra lui construindu-se cel mai puternic puţ geotermal din lume. Acum, pentru a ajunge la magma situată la o adâncime dublă, „Thor" forează între două plăci tectonice. La adâncimea respectivă, presiunea intensă transformă apa fierbinte în „abur supercritic", care nu este nici lichid, nici gaz.

O sondă cu capacitatea de a fora în acest abur ar putea avea o capacitate energetică de 50 de megawaţi – comparativ cu doar 5 megawaţi, cât produce o sondă geotermală obişnuită, ceea ce înseamnă că o singură sondă realizată de „Thor" ar fi suficientă pentru aprovizionarea cu electricitate a peste 50.000 de locuinţe.

Poluarea, absorbită cu aspiratorul

Potrivit unui recent raport al Organizaţiei Mondiale a Sănătăţii, emisiile provocate de combustibilii arşi, combustia industrială şi alţi poluanţi fac ca 90% din populaţia omenirii să respire un aer viciat. Aceste emisii au efecte nocive asupra sănătăţii populaţiei şi de aceea oamenii de ştinţă se străduiesc să găsească noi modalităţi de a reduce concentraţia lor în aer.

Cea mai nouă invenţie în acest sens aparţine unor cercetători olandezi. Este vorba despre un aspirator uriaş menit să filtreze particulele toxice minuscule din atmosferă. Sistemul poate absorbi aerul de pe o rază de 300 m, până la o înălţime de 7 km. El poate trata 800.000 de metri cubi de aer pe oră, eliminând în totalitate particulele fine şi aproape 95% din particulele ultrafine – adică acele particule emise de vehicule, care pot afecta sistemul nervos uman.



„Acest tub de oţel, lung de 8 metri, poate fi amplasat pe terasa oricărei clădiri, de la fabrici, la blocuri de locuinţe, acţionând ca un imens purificator", spune Henk Boersen, purtător de cuvânt al Companiei Envinity Group, care a realizat invenţia. Primele teste efectuate cu un prototip al dispozitivului sunt încurajatoare şi Centrul de Cercetări Energetice din Amsterdam studiază posibilitatea introducerii aspiratorului de poluare, într-o primă fază, în zona industrială a oraşului olandez.

Lapte praf
care imită perfect
laptele matern?

Încă de la inventarea laptelui praf a existat o nesfârşită dezbatere privitoare la calităţile acestuia, comparativ cu laptele matern. Şi adevărul e că, indiferent oricât ar fi de hrănitor laptele praf, cel matern are întotdeauna întâietate, graţie faptului că îmbunătăţeşte sistemul imunitar al bebeluşilor, protejând împotriva obezităţii, eczemelor şi altor probleme de sănătate. Dar noi cercetări au demonstrat că substanţele întâlnite în mod natural în laptele de sân, care asigură producerea de bacterii „bune" în sistemul digestiv al sugarilor, pot fi introduse şi în laptele praf.

Un recent studiu, realizat de compania britanică Abbott şi publicat în revista Journal of Human Nutrition, a explicat pentru prima oară importanţa oligozaharidelor (MGO) – nişte substanţe aflate în cantităţi importante în laptele uman. Aceste zaharuri complexe nu erau suficient de bine cunoscute şi se credea că nu joacă un rol deosebit în hrănire. De fapt, deşi bebeluşii nu le digeră, ele sunt vitale pentru a ţine la distanţă bacterii periculoase, precum *E. coli*. Intestinele bebeluşilor sunt mult mai simple decât cele ale adulţilor, dar sunt dominate de bacteria *B. infantis*, care îi ajută să rămână sănătoşi, eliminând bacteriile periculoase.

Cercetătorii au observat că B. infantis se hrăneşte tocmai cu oligozaharide, care sunt foarte numeroase în laptele matern, dar sunt aproape absente din laptele de vacă, din care sunt făcute formulele de lapte praf. „Această descoperire va permite producătorilor de lapte praf să ridice conţinutul de oligozaharide şi să imite aproape perfect formula chimică a laptelui uman", este de părere dr. Nicholas Andreas, de la Colegiul Imperial din Londra.

Spanacul, detector de mine!

Spanacul este mai mult decât un superaliment, cum ştim încă de mici, din desenele animate cu supereroul Popeye Marinarul, putând deveni el însuşi un supererou, împiedicând dezastre şi salvând vieţi. Şi aceasta, graţie nanotehnologiei, care le-a permis oamenilor de ştiinţă să introducă nanofibre de carbon în frunzele de spanac, transformând aceste frunze în senzori ce pot detecta explozibilii. Dacă simt prezenţa explozibililor, plantele astfel modificate transmit informaţia prin tehnologie wireless unui dispozitiv similar unui smartphone. Astfel, profesioniştii viitorului vor putea sesiza pericolul unei explozii teroriste de la distanţă sau vor putea depista, tot de la distanţă, prezenţa unor mine sau explozibili ascunşi.

Secretul este foarte simplu: frunzele de spanac au capacitatea uimitoare de a detecta prezenţa în sol, chiar şi în cantităţi infime, a unor compuşi chimici numiţi nitroaromatici, ingrediente de bază pentru fabricarea minelor şi dispozitivelor explozive artizanale. Când aceşti compuşi sunt prezenţi într-o mostră de sol cu care planta vine în conact, nanofibrele de carbon din frunze emit un semnal fluorescent, ce poate fi „citit" cu o cameră în infraroşu.

De asemenea, Michael Strano, şeful echipei de ingineri chimişti de la prestigiosul Massachusetts Institute of Technology, care a făcut această descoperire, este de părere că plantele ar putea avertiza şi asupra prezenţei de substanţe poluante într-un anumit sol. Deja echipa profesorului Strano a reuşit să pună în evidenţă, în cadrul unui inedit experiment, existenţa unor poluanţi chimici pe bază de azot, pe un anumit teren, prelevând mostre de pământ şi resădind în ele spanac „inteligent".

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

Războiul deşertului

Parte a campaniilor de succes duse de forţele aliaţilor împotriva Puterilor Axei Berlin-Roma, Campania din Africa de Nord sau „Războiul deşertului" a durat din 10 iunie 1940 până la 13 mai 1943, adică 2 ani, 11 luni şi 3 zile. Fiecare zi petrecută de militari sub soarele nemilos al deşerturilor din Libia, Egipt, Maroc sau Tunisia era una epuizantă şi poate chiar ultima... Dar în cele din urmă, „Vulpea Deşertului", adică Erwin Rommel, a trebuit să cedeze.

Bernard Montgomery în deşert

Dispariţia Imperiului Italian

Războiul Deşertului din nordul Africii a debutat prin declaraţia de război făcută de Italia la 10 iunie 1940. Prima reacţie a aliaţilor, şi în primul rând a forţelor expediţionare britanice, a fost atacul Cavaleriei Regimentului 11, asistat de tancuri, dinspre Egipt spre Libia. Din acel moment, în acea regiune ostilă vieţii s-au desfăşurat mai multe operaţiuni strategice menite să distrugă armatele italiene şi germane („Afrika Korps"). Prima a fost Operaţiunea Compass, din zona vestică a deşerturilor, în Libia şi Egipt. Forţele britanice şi Commonwelth au încheiat cu succes, în 1941, această primă confruntare majoră. Operaţiunea Sunflower (floarea-soarelui) a constat în luptele forţelor italiene şi germane (împrospătate cu trupe din Italia) cu aliaţii, care de astă-dată au fost învinşi. În aceste circumstanţe, Winston Churchill decide să-l trimită în nordul Africii pe generalul Bernard Montgomery, care împreună cu generalul Harold Alexander a condus aliaţii la decisiva şi strategica victorie din a doua bătălie de la Alamein (23 octombrie 1942 – 11 noiembrie 1942). Forţele Axei, conduse de generalii Georg Stumme şi Ettore Bastico, au avut pierderi uriaşe: aproape 40 de mii de oameni ucişi, răniţi, dispăruţi sau luaţi prizonieri.

Prizonieri germani

O altă operaţiune decisivă a fost cea denumită „Torţa", la sugestia lui Stalin. Acesta, nevoit să facă faţă invaziei naziste din URSS, dorea ca aliaţii să atragă în luptele din Africa cât mai multe forţe germane. Operaţiunea Torţa s-a desfăşurat în „Africa franceză", adică în Maroc şi Algeria. Aliaţii au fost conduşi de Dwight Eisenhower, George Patton şi Kenneth Anderson. Forţele Axei i-au avut în frunte pe François Darlan (din partea guvernului de la Vichy, pro-Hitler) şi Ernst Kals.

În total, în Războiul Deşertului au fost ucişi, răniţi şi dispăruţi aproape 400 de mii de militari. Mai mult de jumătate din pierderile umane au fost ale Regatului Unit şi Commonwelth-ului, principalele forţe din regiune. Axa a avut peste 8 mii de avioane distruse şi 2.250 de tancuri compromise, în timp ce aliaţii au avut doar 1.400 de avioane şi 2.000 de tancuri scoase din luptă. Imperiul Italian se prăbuşea, prin retragerea totală a italienilor din nordul Africii.

Sicilia, pasul următor

Marele succes al aliaţilor din deşerturile nordice africane a condus spre etapa următoare, determinată şi de slăbirea considerabilă a trupelor italiene: debarcarea din Sicilia. Aceasta s-a produs în noaptea de 9 spre 10 iulie 1943. Generalii Eisenhower, Patton, Alexander şi Montgomery conduceau o invazie de succes, care a distrus aliatul lui Hitler de la Roma. Mussolini avea să fie demis de regele Vittorio Emanuele la 25 iulie 1943 şi Hitler se vedea tot mai aproape de catastrofa totală.

Tancul nisipurilor

Fotodocument

Generaţiile de tancuri britanice numite „Crusader" au intrat în serviciul forţelor desfăşurate şi în deşerturile din nordul Africii începând cu 1941, contribuind la succesul aliaţilor împotriva germanilor şi italienilor. Un Crusader avea în medie 20 de tone, 6 m lungime, 2,24 m înălţime şi 2,77 m lăţime. Echipajul avea trei membri: comandant, tunar şi driver. Viteza maximă era de 42 km pe oră.

Scurte povestiri

cu memorie lungă

● Drama unei prinţese

În avalanşa de superstiţii legate de ghicirea viitorului, un personaj „ceţos" numit Mafalda ar avea, spune folclorul, răspunsul la toate întrebările. Se zice în popor, oarecum peiorativ, că „Mafalda le ştie pe toate". Dar cine a fost Mafalda?

Mafalda este numele unui personaj istoric, o prinţesă italiană care a trăit numai 41 de ani. Este vorba despre a doua fiică a regelui Italiei Emanuel al III-lea, şi anume Mafalda Maria de Savoia (1902-1944). Din păcate, această fiinţă fragilă, educată în spiritul artelor, a fost măritată (1925) cu prinţul german Philip de Hesse, care avea vederi pronaziste. Bănuită de Hitler că nu-i agreează regimul, Mafalda a fost arestată de Gestapo în 1943, copiii ei scăpând prin adăpostire la Vatican.

După detenţia de la ambasadă, prinţesa a fost dusă fără menajamente în lagărul de concentrare de la Buchenwald. Acolo a fost rănită grav în 1944, când aliaţii au bombardat un depozit de muniţie. Mafalda a murit după trei zile de chin, spunând apropiaţilor să-şi aducă aminte de ea „nu ca de o prinţesă, ci ca de o infirmieră". I-au supravieţuit patru copii, dintre care fiul Moritz a murit în 2013.

● Amazonia şi omul preistoric

Celebrul paleontolog francez Jean Vallard, cunoscut pentru ipotezele sale privind originea omului, susţine că şi uriaşa regiune amazoniană a Americii de Sud ar fi putut fi un leagăn al omenirii. Dacă zonele vestice şi de sud ale Africii reprezintă în mod cert un loc esenţial în evoluţia omului, iar zonele Oceaniei şi Australiei sunt şi ele „suspectate" de aceleaşi evenimente, Amazonia, cu milioanele de hectare de teritorii neexplorate, nu este deloc exclusă din această categorie.

Profesorul Vallard arată că „anual se mai descoperă un templu, un altar sau mumii sexamilenare, rămăşiţele unor triburi care nu ştiau să şlefuiască piatra. Asta demonstrează că Amazonia este încă o mare pată albă în preistoria omenirii".

Dar, susţin preopinenţii francezului, ceea ce nu ia în consideraţie „ipoteza Vallard" este fenomenul migraţiei. Dacă înaintaşii lui *Homo sapiens* din Africa au 3,5-4 milioane de ani, cei din Oceania şi Australia au numai 2,5. În consecinţă, intervine în mod legitim plauzibila ipoteză a migraţiei, care răstoarnă teza mai multor leagăne ale omului preistoric. Deocamdată, nefiind găsite urme fosile ale vreunui humanoid în Amazonia, „ipoteza Vallard" nu se acoperă cu nicio certitudine.

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Astăzi în istorie

10 noiembrie 1928

Încoronarea împăratului Hirohito

Hirohito s-a născut la 29 aprilie 1901, în Palatul Aoyama din Tokyo; la vremea aceea încă mai era pe tron bunicul său, împăratul Meiji. Conform tradiţiei, până la 3 ani a fost crescut într-o familie nobiliară. Apoi a revenit în familie. Educaţia sa ca tânăr prinţ moştenitor s-a bazat pe studii militare. A fost ridicat în rang de locotenent în 1916 şi a primit Marele Cordon al Ordinului Crizantemei – cel mai înalt din Japonia. În 1920 a devenit comandant în Flota Imperială. În această calitate, prinţul Hirohito a făcut turnee în ţări europene, pentru a cunoaşte civilizaţia occidentală.

În 1924, la 23 de ani, Hirohito s-a căsătorit cu o verişoară îndepărtată, prinţesa Nagako Kuni (viitoarea împărăteasă Kojun). Cuplul a avut doi băieţi şi cinci fete (ultima, născută în 1939). Odată cu încoronarea lui Hirohito, începea Era Showa, adică Pacea Luminată.

La 27 septembrie 1940, Imperiul Japonez a format cu Germania nazistă şi Italia fascistă alianţa numită Puterile Axei. Marile confruntări navale şi aeriene dintre SUA şi Japonia din uriaşul teatru de operaţiuni din Pacific

au condus la victorii strategice hotărâtoare ale americanilor şi aliaţilor din acea regiune, superiori ca tehnică militară şi de spionaj. La 15 august 1945, Japonia capitulează. Hirohito nu este judecat pentru crime de război. În prima conferinţă de presă de după război, în 1975, Hirohito a spus că nu a putut opri bombardamentul nuclear american, fiind perioadă de război. Dar, opinăm noi, putea capitula după moartea lui Hitler, la 30 aprilie 1945, când Axa a dispărut. Hirohito a murit în 1989.

Fenomene aerospaţiale neidentificate

OZN-uri urmărite de radare militare

Obiectele zburătoare neidentificate, de origine necunoscută, efectuând manevre care sfidează înţelegerea noastră, la viteze imposibil de atins, sunt în mod regulat urmărite pe radar, laolaltă cu confirmările vizuale efectuate de către piloţi.

Evident, ele stârnesc interesul structurilor militare, ca şi al celor care monitorizează traficul aerian. Ce se întâmplă în astfel de cazuri? Tânărul jurnalist Arjun Walia a încercat să răspundă la această întrebare într-un articol postat pe site-ul organizaţiei *Collective Evolution*, dedicat „schimbării printr-o gândire în afara cutiei". Punctez mai jos câteva idei din acest articol.

Cei care cred că militarii tratează OZN-urile drept simple iluzii sau fenomene meteorologice se înşeală. După cum spunea fostul angajat al ministerului britanic al apărării, Nick Pope: „OZN-urile prezintă o serie de probleme de apărare, de securitate naţională şi de siguranţă aeriană". Dacă ceva ne încalcă spaţiul aerian şi efectuează manevre care sfidează înţelegerea pe care o avem noi asupra fizicii, manevre pe care nicio aeronavă cunoscută nu le poate efectua, militarii vor dori obligatoriu să arunce o privire mai atentă asupra lui.

În cazul apariţiei unor OZN-uri, dacă acestea sunt „văzute" pe un radar militar, ele vor fi înregistrate şi analizate, iar de la sol vor putea fi ridicate avioane de vânătoare pentru a intercepta misterioasele obiecte. Există nenumărate exemple de documente în acest sens, declasificate în ultimii ani, provenind de la mai multe agenţii, inclusiv de la NSA.

Autorul evocă în acest sens un caz tipic de lângă Teheran, Iran. Acest incident a avut loc în noaptea de 18 septembrie 1976. Un raport de patru pagini elaborat de agenţia de informaţii a apărării din SUA şi de NSA (Agenţia de Securitate Naţională) descrie această întâlnire în detaliu. În plus, ambii piloţi implicaţi au făcut mai târziu ample relatări.

Obiect rătăcit pe cer

La început, locuitorii oraşului au văzut un obiect mare, luminos, pe cer. Controlorul de trafic de la aeroport a observat, de asemenea, „un obiect foarte luminos, care nu trebuia să fie acolo". Au fost contactate Forţele aeriene Iraniene, care au trimis un avion F-4 de vânătoare pentru a urmări obiectul, apoi încă unul. Iranul era pe atunci un aliat apropiat al Statelor Unite, deci americanii au luat această întâlnire foarte în serios. Raportul asupra cazului a fost trimis la mai mulţi oficiali de securitate naţională, între care presedintele american Gerald R. Ford, la directorul CIA, George Bush, şi la consilierul de securitate naţională, Henry Kissinger.

Ambii piloţi ai interceptoarelor F-4 au raportat, pe rând, că au reperat obiectul, atât vizual, cât şi pe radarul lor de bord. Aşa cum spune raportul: „Când F-4 s-a apropiat la 25 de mile marine de obiect, s-au deconectat toate instrumentele de măsură şi de comunicaţii. Atunci când F-4 s-a îndepărtat de obiect şi aparent nu mai era o ameninţare pentru el, instrumentele de măsură şi de comunicaţii funcţionau din nou. La un moment dat, din obiectul originar a ieşit un alt obiect, viu luminat. Al doilea obiect s-a îndreptat direct spre F4". Raportul descrie apoi comportamentul noii apariţii, până ce aceasta a revenit la cea mare. Întregul incident a durat câteva ore. Autorul articolului face trimitere la un număr de documente, declasificate între timp, pentru a-şi susţine afirmaţiile. Toate arată cu câtă seriozitate au tratat autorităţile insolitul eveniment.

Pe data de 1 iulie 1977, la baza militară Aviano a NATO, din Italia, a avut loc un alt incident. În timpul acestuia, mai multe persoane din US Air Force au văzut un OZN plutind în preajma perimetrului bazei. Cât timp obiectul a fost acolo, baza nu a avut energie electrică.

Din 9 noiembrie până în 18 decembrie 1978, mai multe evenimente majore OZN au avut loc deasupra câmpurilor petrolifere din Kuweit. Şi în acest caz au fost perturbări majore ale echipamentelor electrice. Evenimentul a fost tratat cu o atenţie majoră din partea guvernului kuweitian, precum şi a ambasadei şi guvernului SUA.

Potrivit lui Richard Dolan, un ufolog de talie mondială, poate că cele mai dramatice dintre toate au fost două întâlniri, din acelaşi an, ale forţelor aeriene chiliene. Pe 16 decembrie, „doi piloţi zburau, fiecare pe câte un avion de luptă F-5, într-o misiune de antrenament. La un moment dat, au reperat un obiect pe radarul de bord. Semnalul era atât de puternic, de parcă ar fi venit de la zece sau mai multe portavioane, doar că obiectul era în aer, nu pe apă. La început, fiecare pilot a presupus că echipamentul său radar se defectase, până când au aflat că şi celălalt pilot vedea ceva asemănător. Radarul unui aeroport din apropiere a zărit, de asemenea, ţinta şi a confirmat dimensiunile sale uriaşe. Apoi, piloţii au văzut obiectul şi cu propriii lor ochi. Unul dintre ei a declarat mai târziu că, de la o distanţă de douăzeci de mile, arăta „ca o banană învăluită în fum". Piloţii erau speriaţi, neavând la bord rachete sau arme. În timp ce se apropiau de masivul obiect, care stătuse nemişcat în tot acest timp, brusc, acesta a decolat cu o viteză de neimaginat. El a dispărut instantaneu şi de pe cele trei ecrane-radar.

În dimineaţa următoare forţele aeriene chiliene au ridicat de la sol câteva avioane de luptă F-5 pentru a intercepta un alt OZN foarte mare (sau acelaşi?). Piloţii l-au descris ca fiind foarte luminos şi enorm. Aviaţia militară chiliană a recunoscut în mod oficial aceste evenimente, dar nu a putut da nicio explicaţie pentru cele întâmplate.

În noaptea de 19 mai 1986, o mare parte a spaţiului aerian brazilian a fost ocupat de OZN-uri. Ministrul brazilian al aeronauticii, generalul de brigadă Otavio Moreira Lima, a declarat: „Radarele din Brazilia au detectat cel puţin 20 de obiecte. Ele au saturat radarele şi au întrerupt traficul din zonă. De fiecare dată când radarul a detectat obiecte neidentificate, avioane de vânătoare au decolat pentru a le intercepta. Radarul detectează doar corpuri metalice solide şi norii denşi. Nu au existat nici nori, nici aeronave convenţionale în regiune. Cerul era senin. Radarul nu are iluzii optice. Noi putem da numai explicaţii tehnice, dar nu le avem pe acestea. Ar fi dificil pentru noi să vorbim despre ipoteza unui război electronic. E ceva foarte îndepărtat şi nu e cazul să fi fost aici, în Brazilia. E ceva fantastic. Semnalele de pe radar au fost destul de clare".

Întâlniri răzleţe

Conform unor înregistrări militare din SUA, o observaţie interesantă a unui OZN a fost raportată şi de către forţele aeriene din Ghana la data de 27 iulie 1987. A fost un obiect mare, tăcut, pe care pilotul l-a descris ca fiind de două sau de trei ori mai mare decât un Boeing 747. El a spus că „obiectul a coborât, apoi a câştigat altitudine, iar după aceea a fost înlocuit de nişte lumini mici albăstrui, aranjate într-o formaţiune circulară".

Această listă poate continua indefinit (mai demult, am expus, chiar pe această pagină, şi câteva cazuri româneşti). Putem adăuga şi întâlnirile OZN ale piloţilor comerciali. E greu să epuizezi subiectul OZN-urilor urmărite pe radar, inclusiv cu avioane de vânătoare trimise pentru a le intercepta. Există sute de cazuri bine documentate. Demn de toată atenţia este însă nivelul de interes pe care structurile militare şi de informaţii din întreaga lume l-au avut şi îl au şi azi pentru fenomen. Arjun Walia menţionează, ca argument, că zeci de guverne au desecretizat recent dosarele lor OZN, admiţând implicit că fenomenul este real şi că stârneşte interesul militarilor. Un exemplu ar fi şi cele 52.000 de pagini puse la dispoziţia publicului între 2009 şi iunie 2013 de ministerul apărării al Regatului Unit.

Deşi este un subiect cu totul diferit – scrie Walia – la toate acestea se pot adăuga şi întâlnirile OZN raportate „de milioane de fiinţe umane de pe planetă". Multe dintre aceste povestiri seamănă între ele, iar detaliile care coincid ar putea oferi anumite răspunsuri cu privire la natura fenomenului, dacă el este extraterestru sau care este motivul prezenţei sale aici.

Părerea personală a lui Walia este că unele dintre aceste obiecte ar putea fi proiecte militare clasificate, având un buget negru. Dar el crede, de asemenea, şi că multe dintre ele sunt, într-adevăr, extraterestre şi că există o mulţime de dovezi în acest sens.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Întoarcerea dinozaurilor

Deşi stăpâneşte de milenii Pământul, deseori cu o cruzime tiranică şi devastatoare, omul e totuşi departe de a-şi cunoaşte cu adevărat planeta cu toate tainele ei. Oricât ar părea de ciudat, în mileniul trei încă mai putem vorbi despre „pete albe" pe harta lumii sau, mai corect spus, despre zone pe care omul din lumea considerată civilizată nu le cunoaşte decât ca pe nişte coordonate geografice. Este mai mult decât posibil, în schimb, ca populaţiile băştinaşe din acele locuri – fatalmente, rămase într-un stadiu de dezvoltare, să-i spunem, primitiv – să cunoască mult mai multe decât savanţii marilor universităţi.

Monştrii care „nu vor" să dispară

Una dintre provocările majore ale comunităţii ştiinţifice de pretutindeni şi dintotdeauna a fost şi a rămas cauza dispariţiei dinozaurilor. Atenţie, nici nu se pune problema ca aceşti oameni „tobă de carte" să se gândească măcar o clipă la eventualitatea supravieţuirii acestor veritabili monştri tereştri, ideea este axiomatică: trăitori acum circa 200 de milioane de ani, cei pe care îi numim generic dinozauri au dispărut total şi definitiv şi ar fi o aberaţie înfiorătoare să ridicăm problema supravieţuirii unor exemplare izolate, în regiuni sălbatice de pe Pământ ce au conservat cumva condiţii de existenţă favorabile uriaşelor animale, similare celor din vremea de apogeu a evoluţiei lor.

Teoretic, ipoteza cu rang de lege nu pare să aibă nicio fisură, pentru că – nu-i aşa? – ea se bazează pe nenumărate cercetări ştiinţifice realizate cu temeinicie de sute şi sute de ani. Da, dar şi acestea aparţin tot unor oameni, care sunt supuşi oricând greşelii. Aşadar, oare am putea să ne gândim că mai există totuşi undeva în lumea noastră dinozauri contemporani cu noi? Şocant sau nu, răspunsul este unul afirmativ, iar în sprijinul său vin mărturii cel puţin la fel de veridice precum teoriile ştiinţifice!

Urmele din junglă ale unui colos

Junglele nepătrunse constituie probabil mediul cel mai potrivit pentru eventuala supravieţuire a unor specii de animale preistorice. În anul 1776, abatele Lievan Bonaventura Proyarte relata în cartea sa „Istoria Longo, Kakonga şi a altor regate din Africa" despre faptul că un grup de misionari francezi descoperise, în pădurile străbătute în căutarea triburilor primitive de convertit, urmele unui animal necunoscut, de dimensiuni colosale. Iată cum a fost prezentată mărturia abatelui, într-o editare din 1914 a lucrării sale:

„Trebuie să fie ceva monstruos. Amprentele ghearelor sale care au fost observate pe sol au lăsat urme cu o circumferinţă de aproximativ trei picioare (în jur de 90 centimetri, n.n.). Cercetând fiecare amprentă şi dispunerea lor, misionarii au ajuns la concluzia că animalul nu alergase pe acea porţiune de drum, în pofida distanţei de şapte sau opt picioare (2,10-2,40 metri, n.n.) care separa acele amprente." Altfel spus, chiar dacă creatura se deplasase cu mersul ei obişnuit, fără să facă salturi, ecartul dintre paşi era unul uluitor de mare, ce trimite automat la ideea că misonarii francezi se aflau în zona de habitat a unui animal enorm.

Ucide, dar e vegetarian

Analizate într-o modalitate ştiinţifică, dincolo de fireştile emoţii şi incertitudini trezite de senzaţionala descoperire, s-a ajuns la concluzia că urmele de o asemenea anvergură nu puteau fi lăsate decât de un animal de talia unui elefant (ca să folosim un termen de comparaţie din zilele noastre). Numai că pachidermul de azi nu are gheare. Şi-atunci, ce fel de creatură lăsase acele amprente nemaiîntâlnite? Să mai citâm însă din cartea abatelui Proyarte!

„Se spune despre el că are culoarea gri închis... Că mărimea sa este aproximativ cât cea a unui elefant. Se spune că are un gât lung foarte flexibil. Unii vorbesc şi despre o coadă lungă şi musculoasă, precum cea a unui aligator. Se spune despre canoele care cutează să se apropie de aceste animale că sunt condamnate. Se spune că atacă fulgerător ambarcaţiunile şi ucid echipajul, dar nu-l mănâncă. Se spune că această creatură trăieşte în caverne săpate de râu în argila malurilor sau acolo unde albia râului coteşte brusc. Se spune că urcă de-a lungul râului, chiar şi în plină zi, în căutarea hranei. Se spune că este cu totul vegetarian..." Mărturii halucinante culese de la localnicii zonelor străbătute de misionarii francezi, care spun mult mai mult decât o mie de studii ştiinţifice. Despre ce anume? Vom încerca să aflăm.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

E bine de știut

Varicele

În general, varicele, semn al unei circulații periferice deficitare, le afectează în primul rând pe femei. Sunt însă și mulți bărbați cu această suferință. Pentru a evita agravarea maladiei ar fi util un consult medical de la primele semne ale bolii.

În ceea ce le privește pe femei, varicele apar adesea după nașteri, chiar dacă au o etiologie ereditară.

Specialiștii susțin că pentru a preveni apariția varicelor ar trebui evitat sedentarismul și ar trebui controlată atent tensiunea arterială.

De asemenea, sunt utile câteva deprinderi sănătoase. Astfel, nu trebuie ignorat mersul pe jos. Sunt utile plimbările, dar și evitarea menținerii picioarelor mult timp în aceeași poziție.

Din oră în oră, ridicați-vă de la birou, sau din fotoliu și faceți câțiva pași. Nu stați prea mult timp în picioare și evitați, când ședeți, poziția picior peste picior, ambele variante favorizând apariția varicelor. Când vă dor picioarele, țineți-le mai sus, sprijinite pe o pernă. Imediat veți simți cum dispare presiunea.

Cunoscutele dușuri scoțiene ajută circulația. Începeți întotdeauna cu un jet de apă caldă, timp de două minute, apoi, pentru o jumătate de minut, un jet de apă rece. În total, dușul nu ar trebui să depășească 10-15 minute.

Seara, rezervați câteva minute pentru masajul picioarelor. Faceți-o ușor, cu blândețe, începând de la glezne spre șolduri.

Sunt câteva soluții simple, care pot ajuta circulația periferică și atenuarea varicelor.

Dr. VALERIU MANTA

Eleganță și rafinament

Dacă optați pentru un mantou într-o culoare pastel, veți fi în acord perfect cu recomandările creatorilor de modă pentru sezonul rece. Linia lejeră este subliniată de nasturi, la două rânduri și buzunare mari, cu clape deloc discrete. (Se poartă clape în exces, fie plasate normal, pe orizontal, fie verticale. Și mânecile pot fi prevăzute cu clapete și nasturi.)

Încă un detaliu: nasturii pot fi aleși în tonul materialului mantoului, dar și într-o culoare contrastantă. Dacă nu sunteți foarte friguroasă și sunteți foarte tânără și suficient de îndrăzneață, firma Tommy Hilfiger vă sugerează un mantou midi purtat cu... șosete.

Lecții de nutriție

Ce alimente ne îmbătrânesc prematur

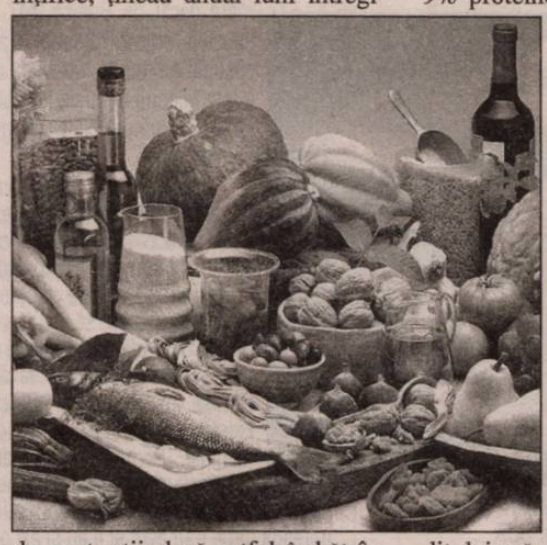
S-a demonstrat că în lupta împotriva îmbătrânirii reducerea proteinelor este mai eficientă decât restricția calorică.

Cercetătorii au mers chiar mai departe și au arătat ce fel de proteine ne îmbătrânesc mai repede – ne spune dr. nutriționist Cristian Panaite. Este interesant că științei i-au luat mii de ani să confirme o metodă care datează din vremea profeților biblici!

Ca și în cazul carbohidraților și al grăsimilor, există și proteine bune și proteine „rele". Eliminarea uneia dintre ele, numită leucină, are efect similar cu reducerea tuturor proteinelor în reglarea activității periculoasei enzime TOR, care ne îmbătrânește.

Unde se află această leucină? Predominant, în produsele de origine animală: ouă, lactate și carne, inclusiv de pui și de pește. Fructele, legumele și leguminoasele, nucile și semințele conțin cantități infime. Ca să atingeți nivelul de leucină furnizat de o friptură de vită de 100 g, ar trebui să mâncați 4,2 kg de varză sau 100 de mere...

Așadar, străbunii noștri, fără să aibă nevoie de atâtea dovezi științifice, țineau anual luni întregi



de post, știind că astfel îmbătrânesc mai greu și își prelungesc viața.

Să nu considerați totuși că asumarea postului sau, mai modern spus, a vegetarianismului, are efecte doar în comunitatea creștină care ține post. Avem exemplul populației din insulele japoneze Okinawa, ai cărei membri depășesc frecvent 100 de ani de viață.

Faimoasa dietă Okinawa are 9% proteine, 6% grăsimi și 85% carbohidrați de proveniență vegetală (orez, cereale, legume, fructe, semințe și fructe în coajă tare).

Doar 1% din dieta centenarilor japonezi constă în pește, carne, ouă și lactate. Asta înseamnă cam o porție de carne pe lună și un ou la două luni.

Pentru o tinerețe fără bătrânețe, reducerea proteinelor animale nu trebuie să fie o corvoadă, ci un mod de viață care a dovedit deja că poate crea centenari.

Renunțați la carne, ouă, pește și lactate cel puțin o dată pe săptămână. Înlocuiți carnea, de exemplu, cu ciuperci la grătar. Asezonați totul cu o salată mare, preparată din legumele preferate.

Dosarele frumuseții

Măști cu fructe

Fructele, bogate în apă, săruri minerale (potasiu, calciu, fier, iod, fosfor) sau vitamine (A, C, E, complexul B) sunt un remediu excelent și în cosmetică. Revigorează tenul „ofilit", îl catifelează, atenuează ridurile. Mai mult, cercetătorii au descoperit că resveratrolul, element prezent în struguri și în alte fructe de culoare închisă (afine, prune, mure etc.), este unul dintre cei mai puternici antioxidanți cunoscuți. Este 5 ori mai puternic decât betacarotenul, de 50 de ori mai eficient decât vitamina E și de 20 de ori mai bogat în vitamina C. Sunt argumente suficiente pentru a vă sugera să nu ocoliți măștile cosmetice cu fructe.

Așa că, vă sugerăm să folosiți boabele de ***struguri,*** tonic excelent pentru ten. Zdrobiți câteva boabe, apoi aplicați masca pe față, fără niciun alt adaos. După 15 minute clătiți cu apă călduță.

Masajul cu suc de ***măr*** are efect hidratant și calmant, fiind recomandat pentru tonificarea și redarea elasticității pielii. Tenul ofilit sau iritat se masează ușor cu suc proaspăt sau se aplică pe față felii subțiri de măr. După 20 de minute obrazul se spală cu apă călduță.

O mască din ***prune*** zdrobite este excelentă pentru refacerea pielii și estomparea ridurilor. Se zdrobesc câteva prune, se întinde masca pe față și se lasă să acționeze 20 de minute, apoi se clătește cu multă apă rece.

Gastronomice

Rulouri de cartofi

800 g cartofi, 3-4 ouă, 75 g făină, 65 g pesmet, 50 g caşcaval ras, sare, piper, ulei.

Cartofii se fierb în coajă și se curăță. Se freacă untul spumă, se adaugă 3 ouă, cartofii rași, făină, sare și piper, după gust. Se amestecă bine, se scot bucățele și se formează cu mâna rulouri mici, care se dau mai întâi prin făină, apoi prin ou bătut, iar la urmă în pesmet și se prăjesc pe toate părțile în ulei bine încins. Se servesc calde, cu caşcaval ras.

Budincă de pește

1 kg crap, o felie de pâine albă înmuiată în lapte, sare, piper, 100 g unt, 3 ouă.

Carnea de crap dezosat se trece prin mașina de tocat, se amestecă bine cu felia de franzelă, se sărează, se piperează. Untul se freacă spumă, se adaugă cele trei gălbenușuri și albușurile bătute spumă. Se amestecă bine cu peștele. Se umezește un șervet de bucătărie, se toarnă compoziția și se modelează sub formă de salam apoi se introduce în apa clocotită în care am adăugat zarzavaturi. Se scoate șervetul, se așază budinca pe un platou și se taie felii. Deasupra se pun felii de lămâie.

Plăcintă cu brânză și mere

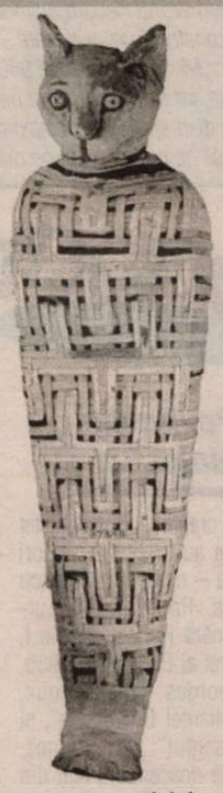
Aluat: ***200 g unt, 200 g zahăr, 4 ouă, sare, 300 g făină, coajă de lămâie, 1 praf de copt.***

Umplutură: ***900 g brânză de vaci, 300 g smântână, 4 ouă, 300 g zahăr, 3 linguri griș, 100 g stafide, 40 g unt, 2 mere, coaja de lămâie, 1 esență rom.***

Aluatul se prepară din untul lăsat la temperatura camerei, pe care îl mixăm cu zahărul, după care se adaugă gălbenușurile mixând bine după fiecare, apoi se adaugă făina amestecată cu praful de copt, coaja de lămâie, se amestecă bine până se omogenizează, iar la final se adaugă albușurile bătute spumă și se frământă un aluat omogen, care se acoperă cu un prosop și se lasă să se odihnească 30 de minute. Pentru umplutură se mixează brânza cu smântâna, se adaugă ouăle bătute cu 200 g de zahăr, esența, grișul, stafidele și se amestecă bine. Se dă la rece 10 minute. Zahărul rămas se caramelizează, se adaugă untul, iar când s-a topit se pun merele tăiate felii și se lasă să se caramelizeze. Se întinde aluatul într-o foaie, se adaugă în tava tapetată cu hârtie de copt, inclusiv pe marginile tăvii, se adaugă jumătate din compoziția de brânză, apoi jumătate din merele caramelizate, iar deasupra lor se pune restul de brânză și merele rămase împreună cu caramelul. Se taie surplusul de aluat rămas pe margini, se dă la cuptor aproximativ 50 de minute, până se rumenește.

Pagină realizată de ECATERINA BĂTRÂNEANU

Suverane în lumea oamenilor



Fără niciun fel de îndoială, istoria civilizației umane, așa cum o cunoaștem noi, ar fi fost cu totul diferită și sigur mai săracă, dacă între „ingredientele" sale nu ar fi existat un element esențial: **pisica.** Chiar așa, oricât de neobișnuită ar putea să pară afirmația de mai sus, veți observa că această minune cu blană, care ne înduioșează, ne liniștește, ba chiar ne și tămăduiește de anumite suferințe, potrivit terapeuților, este o adevărată personalitate a lumii terestre. Și, ceea ce probabil cei mai mulți oameni nu știu, putem vorbi foarte serios chiar despre o istorie a pisicii, în paralel cu cea a omului!

Pisica – mumie egipteană

Faptul că nu se cunoaște perioada în care a fost îmblânzită pisica nici nu prea are mare importanță. Se pare însă că „invazia" acestui splendid mamifer în lumea noastră a cunoscut un moment crucial odată cu expansiunea masivă a vikingilor dincolo de fiordurile scandinave. Fiindcă nu doar războinicii cam neciopliți din corăbiile lungi constituiau o categorie de pasageri importantă, ci și simpatica felină, care avea rolul de a scuti echipajul de pagubele deloc neglijabile pricinuite de șoareci.

În Egiptul antic, pisica nu era crescută pentru a diminua populația rozătoarelor din locuințe, ci în ideea de a însoți defuncții în lumea de apoi. Pentru aceasta existau veritabile creșcătorii de pisici, foarte probabil sacrificate la moartea suveranului căruia îi erau destinate, care erau mumificate. Astfel, s-au găsit în morminte și mumii foarte bine conservate de pisici a căror vârstă s-a estimat la doar câteva luni!

Matusalemicele feline...

Cercetătorii au realizat analize ADN asupra a 209 schelete de pisici, a căror existență urcă în timp până la o incredibilă perioadă situată între 15.000 și 3.700 de ani în urmă! Și nu e vorba despre relicve provenind dintr-o zonă restrânsă, ci din peste 30 de situri arheologice foarte vaste, din Africa, Europa și Orientul Apropiat. Datorită acestor vestigii, se poate reconstitui, puțin câte puțin, imensul și complexul puzzle reprezentat de istoria „vechilor" pisici și de procesul de domesticire a acestora de-a lungul și de-a latul planetei.

„Nu cunoaștem prea multe din istoria lor, despre originea lor, nu știm exact cum s-au răspândit în lume." – recunoaște Eva-Maria Geigl, coautor și membru al echipei de cercetare. Totuși, rezultatele sus-amintitului studiu au scos în evidență două valuri de migrație, primul fiind plasat acum circa 10.000 de ani. Ar fi vorba despre o succesiune a primelor populații agricole din Orientul Apropiat, ceea ce face destul de credibilă și o ipoteză, să-i spunem paralelă, legată direct de principala „vocație" a pisicilor: aceea de vânătoare pasionată de rozătoare. Astfel, simpaticele noastre prietene torcătoare ar fi fost răspândite în lume și primite pe punțile drakkarelor, celebrele corăbii vikinge, unde șoarecii își găseau din belșug hrană și culcuș, spre marea pagubă a navigatorilor războinici ai Nordului scandinav. Cumnecum, trebuie însă să recunoaștem că pisica este și astăzi o parte frumoasă și deosebit de tandră a existenței noastre de fiecare zi.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 *de locuri de văzut în România*

Vârful Gugu

În apropiere de Masivul Retezat, înconjurați de trei regiuni ale României, cândva state independente – Banatul, Transilvania și Oltenia, se află Munții Godeanu. Vârful Gugu sau muntele Gugu este cel mai înalt vârf al masivului Godeanu, măsurând 2.291 m și fiind situat între munții Țarcu la vest, munții Retezat la nord și est și munții Cernei la sud și sud-vest.

În Vârful Gugu se ajunge după o zi întreagă de mers pe jos. Traseul pornește din zona Câmpușel, către izvoarele Jiului de Vest, iar apoi urcă panta spre Șaua Paltinul, vârful Paltinul, către Platoul Borăscu. Este destul de izolat, nu se ajunge cu ușurință la el, însă, cu toate acestea, este vizitat anual de sute de turiști, principalul motiv fiind frumusețea sa misterioasă și inedită. Fapt unic în țara noastră, chiar pe culme, la circa 2.110 m, oamenii au săpat o peșteră accesibilă. Din interiorul peșterii se poate studia cerul și ziua, nu doar noaptea, și asta pentru că există un fenomen de reflexie a razelor solare care permite vizualizarea stelelor și ziua.

Un alt motiv pentru care Vârful Gugu este atât de popular printre turiști este acela că reprezintă, susțin inițiații, unul dintre punctele energetice esențiale ale Terrei și, cu puțin noroc, aici poți asista la așa-numitul fenomen al misterioaselor fulgere globulare, lumini care țâșnesc efectiv din munte, izvorâte nu se știe de unde...

În fine, legendele vorbesc că aici ar fi fost lăcașul sfânt al lui Zamolxe și că sub stânci se află uriașe comori dacice. Fenomenele paranormale, care se petrec și în prezent în zonă, îi fac pe doritorii de îmbogățire peste noapte să exploreze mereu masivul. Și mai bizar e faptul că, în anumite perioade, câteva ore pe zi, muntele nu poate fi văzut, acesta dispărând din raza vizuală, motiv pentru care a fost denumit „Muntele care dispare".

Pe scurt, dacă sunteți un pasionat al fenomenelor inexplicabile, aici aveți ocazia să vă adânciți și mai tare în mistere... Dacă sunteți doar un iubitor de natură și de frumos, tot aici este locul unde să poposiți măcar o zi din an, căci, vă garantăm, peisajul absolut spectaculos merită orice efort.

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualității

Biserica Mântuleasa

Înălțată pe strada cu același nume, devenită celebră datorită unei nuvele a lui Mircea Eliade, Biserica Mântuleasa este unul dintre cele mai vechi așezăminte din capitala țării noastre.

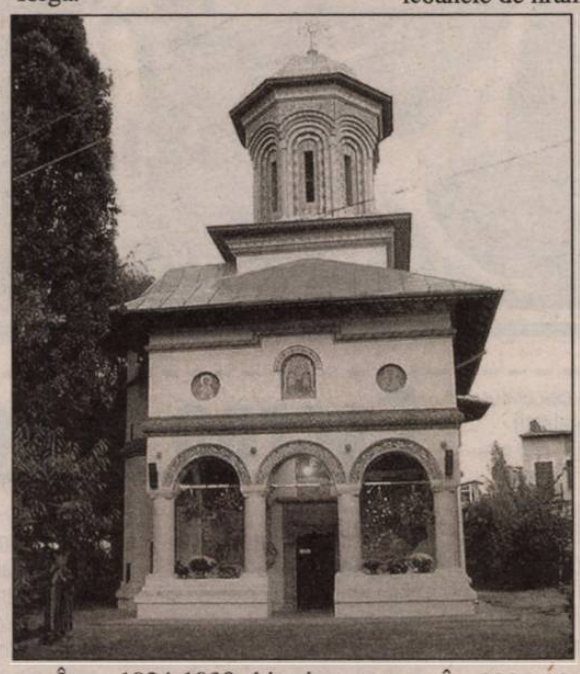
Construită în stil brâncovenesc, are hramurile „Sfinții Arhangheli Mihail și Gavriil" și „Sfântul Ierarh Nicolae".

Foarte aproape se află alte două biserici vestite: Biserica Armenească și Biserica Colțea, precum și Spitalul Caritas, din Strada Plantelor, unde s-a stins din viață Mihai Eminescu.

Numele Bisericii Mântuleasa se trage de la un negustor înstărit și cu dragoste de Dumnezeu – jupân Manta, care își avea terenurile în zonă pe vremea domnitorului Grigore Ghica. Locașul a fost ctitorit de soția și sora lui, Maria și Stanca în septembrie 1734.

Este construită în formă de cruce cu Altar, naos unit cu pronaosul și altar, pridvor deschis cu arcade, susținut de patru coloane. Deasupra zidului care desparte pronaosul de pridvor se înalță turla, care servește drept clopotniță. Turla are formă poligonală, este luminată de ferestre prelungi și așezată pe un soclu de formă pătrată.

Biserica, asemănătoare cu „Stavropoleos", „Sfântul Elefterie-Vechi" și „Sfântul Ștefan", prezintă câteva particularități iconografice. Astfel în marea scenă a Judecății de Apoi, Mântuitorul apare la dreapta „bunului tâlhar" în Paradis, în planul al doilea, în spatele patriarhilor Avram, Iacov și Isaac. În pridvor poate fi remarcată o horă de doamne și domnițe, element rar întâlnit în pictura bisericească, admirat de Nicolae Iorga.



Între 1924-1930, biserica a suferit serioase reparații și restaurări, prilej cu care a fost readusă la forma inițială, înlăturându-se elementele adăugate de-a lungul anilor, adăugări făcute cu bune intenții, dar alterând frumusețea monumentului. Lucrările au fost coordonate de arhitectul N. Popescu-Zana și pictorul Paul Molda.

Biserica a fost pictată în frescă de stil bizantin la începutul secolului al XVIII-lea de zugravii Ioan și Bratu. Lucrarea a fost scoasă la lumină prin spălarea făcută în 1925 și reprezintă scene religioase pline de semnificații.

Din pictura exterioară s-au păstrat motivele florale, de pe coloanele pridvorului arhivoltele, brâiele și cele trei ocnițe de pe peretele vestic reprezentând icoanele de hram.

La începuturile ei, biserica avusese și un cimitir, dovadă fiind cele câteva pietre funerare cu inscripții, găsite în partea de răsărit a curții. Interesantă este povestea clopotului bisericii. A fost turnat din oțelul (respectiv armele) capturat de armata română în Primul Război Mondial, în luptele cu ungurii, la Tisa, în 1919.

În 2005 biserica, declarată monument istoric, a fost supusă unor lucrări de restaurare și mai ales de consolidare, pentru a îndepărta urmele trecerii timpului și curemurelor care s-au abătut asupra ei.

IRINA STOICA

Lecție de nonconformism

După o carieră de fotograf comercial, artistul fotograf englez Dominic Rouse (n. 1959) s-a plictisit de rutină și a început să se manifeste „nemilos", în stil nonconvențional, prin fotografia digitalizată. A devenit astfel unul dintre maeștrii importanți ai suprarealismului.

Gânduri

Înregimentându-se „fantasticului șocant de realist", curentul cel mai în vogă astăzi, Rouse le pare multor critici „un criminal în serie care se respectă", adică lasă mesaje criptate la locul faptei. „Infractorul" preia corpul victimei – de obicei, o femeie cu relief angelic – și face orice cu el; părți de trup devin obiecte banale rătăcite prin sertare, pe noptiere sau în cuier. Preferând spațiile închise, din cauza discreției cu care-și înconjoară „faptele abominabile", artistul joacă un fel de baba-oarba cu privitorul. De fapt, metaforele sale – terifiante pe alocuri – reprezintă exteriorizarea unor frustrări care vor să demonstreze cât de neom poate fi omul.

Fără să stârnească reacții dogmatice, Rouse își plimbă preferențial personajele prin catedrale, împroșcând atmosfera sacră cu mesaje laice impregnate de diabolic. Trupuri de femei decapitate se transformă în purtători de cuvânt ai haosului existențial, ai urâtului unei lumi în care omul nu mai este mulțumit de felul în care a fost zămislit de Creator. Uneori, Rouse merge cam departe, răstignind un nud de femeie fără cap și aducând astfel un omagiu păcatului... Una dintre cele mai apreciate lucrări ale

Grădinărit

sale este „Mormântul filosofului", în care un bust de bărbat aflat în descompunere, depozitat într-o carceră, imploră să mai vadă o dată lumina. De la depresie, artistul trece subit la sarcasm și surprinde o scenă tipică unui atelier de coafat suprarealist: o femeie cap-de-iarbă tunde o femeie cap-de-levănțică. Evlavie tăiată cu foarfeca, am putea spune...

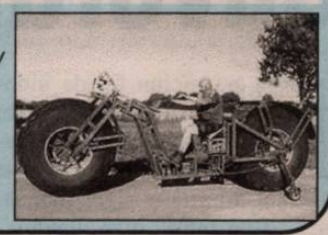
Happy-end

Premiat în SUA și Europa, Dominic Rouse spune în interviuri că este un mare admirator al lui Hieronymus Bosch, cel care inventa grotescul acum peste jumătate de mileniu, prin capodopera sa „Grădina deliciilor pământești". Însă cel care a primit primul Oscar pentru fotografie (International Photography Awards, Los Angeles, 2003) nu vrea să rescrie infernul lui Dante, ci doar să scoată din sertare infernul pe care-l trăim. Uneori, se îngrozește el însuși de dramele pe care le imaginează și își caută odihna în scene dominate de o liniște nefirească: o fetiță legată la ochi întâlnește un flamingo în întunecimea unei case părăsite. Două ființe singure, bucuroase că s-au regăsit în culisele tristeții...

Când evadează din chingile catedralei, nudul lui Rouse face explozie. Capul i se transformă într-un arbore tânăr și desfrunzit, căutând spre cer mântuirea, dar – vai! – cerul este înnorat și un stol de păsări negre parcă îi blestemă libertatea. Alteori, o balerină strânge la piept un cuțit fioros, în timp ce un alt flamingo îi dă binețe. Dar, dincolo de toate grozăviile îmbibate cu senzualitate, Dominic Rouse este un „infractor" atipic. Și asta, pentru că, sfidând dosarele Interpolului, începe măcelul cu el însuși.

Motocicletă herculeană

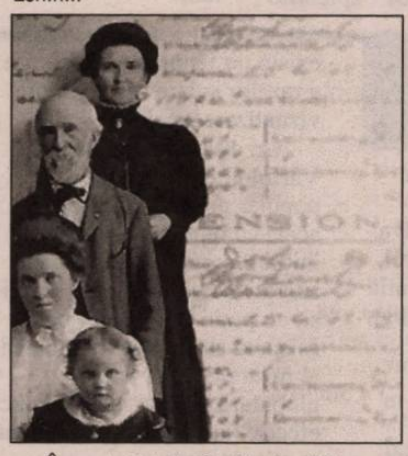
Cea mai grea motocicletă din lume – conform World Record Academy – este cea construită de germanul Frank Dose. „Monstrul" său are 940 de kilograme, iar cauciucurile au peste 1,5 metri diametrul. Viteza maximă a fost însă de numai 5 km pe oră...



ZIGZAG în timp și spațiu

• Pe urmele înaintașilor

În spațiul creștinătății au existat persoane care au pretins – uneori cu vehemență – că se înrudesc cu Iisus Christos. Printre acești „urmași" se numără Haile Selassie I, devenit împărat al Etiopiei în 1930, francezul Georges Ernest Roux, fondatorul „Alianței Universale", și „hiper-interesantul" Jim Jones, care se credea descendent atât din Iisus, cât și din Buddha și faraonul Akenathon al IV-lea, fără a-l uita pe Lenin...



În unele țări din Occident există meseria de „detectiv al înaintașilor", adică specialiști care efectuează cercetări în documente vechi. De obicei, arhivele medievale se află pe la mânăstiri, putând exista referințe în mai multe țări. Pentru oamenii cu dare de mână sumele nu sunt prea mari, cheltuiala depinzând de dimensiunea cercetărilor efectuate.

Faptul că în Noul Testament există două genealogii ale lui Iisus care nu sunt identice ne arată că din punct de vedere al exactității, genealogia este uneori discutabilă. Un caz din Italia și unul din Spania au bulversat familiile respective, atunci când „detectivii" (plătiți cu aproximativ 20 de mii de euro!) au „aterizat" în secolul XVI și au descoperit (în documente mânăstirești) că au avut în „arbore" câte un criminal executat prin spânzurare. Surprizele negative nu se opresc la acest aspect care ține mai mult de morală. În unele cazuri pot interveni schimbări radicale ale situației materiale a familiei care a comandat aflarea genealogiei. Este vorba despre cumpărări sau înstrăinări frauduloase de proprietăți și chiar de falsuri făcute în documente vechi. Cu alte cuvinte, poate că ar fi mai bine doar să visezi la arborele genealogic și nu să treci la acțiune, pentru că nu știi ce găsești la capătul firului.

Lucrurile se complică pentru unii curioși, atunci când este vorba despre bănuiala că ar fi descendenți din monarhi ai secolelor trecute. Și asta, pentru că, după cum bine se știe, unii suverani excelau prin „capacitatea" de a avea metrese oficiale (favorite), dar și aventuri ascunse cu discreție de fier – întrucât femeia „iubită" făcea parte dintr-o pătură socială mult inferioară. Numai că astfel de favorite de mâna a doua aduceau pe lume, pe ascuns, copii din flori cu sânge nobiliar care puteau emite pretenții financiare și chiar legitimitate.

În cercetările științifice de genealogie, la nivelul suveranilor consacrați ai istoriei, există cazuri spectaculoase. Astfel, există ipoteza că printre descendenții împăratului aztec Moctezuma al II-lea ar putea fi membri ai Caselor regale Bourbon, Habsburg și chiar Stuart. Și asta, pentru că aztecul a fost creștinat și adus în Spania la începutul secolului XVII. O altă cercetare surprinzătoare vrea să stabilească o linie directă între Attila, liderul hunilor, și Carol cel Mare! Nu există decât speculații, însă în cazul lui Confucius se cunoaște cu precizie al 77-lea descendent, care este Kung-Te-Cheng, născut în 1920. Acest ilustru domn a fost sfătuitor de prim rang („senior advisor") al președinților Chinei între 1948 și 2000.

Pagină realizată de
PAUL IOAN

Escroc la scară mare

Pentru mulți cercetători ai infracționalității secolului XX, cea mai mare farsă a acelui veac poate fi considerată cea intitulată „Prioria Sionului" (Priory of Sion, în engleză, și Prieuré de Sion, în franceză), lansată de „romanticul" impostor francez Pierre Plantard (1920-2000).

Numele de „Sion" nu are nimic de a face cu Israelul, ci provine de la muntele Sion din zona localității Annemasse din sud-estul Franței (la granița cu Elveția). Acest Pierre Plantard, expert în analiza și arhivarea documentelor, a fabricat probe (acte doveditoare pe hârtie învechită artificial, cu metode similare celor folosite de falsificatorii de artă) din care trebuia să reiasă că el (și, implicit, întreaga sa familie) este descendent al dinastiei Merovingienilor – prima dinastie a francilor, care se trage de la semilegendarul rege Merovic, care a durat de la mijlocul secolului V până la mijlocul secolului VIII. Merovingienii au fost urmați de dinastia Carolingiană. Mai mult, Pierre Plantard s-a considerat ca fiind profețit de însuși Nostradamus (în unul dintre catrenele acestuia din tratatul „Centurii" din 1558). Nostradamus i-ar fi „camuflat" venirea la putere în mod metaforic, numindu-l „Marele monarh".

În calitate de posibil rege al Franței în plin secol XX, Plandard își luase și supranumele de „Saint-Clair", pentru a aminti de conexiunea cu o casă nobiliară din veacul XII. Isprăvile lui Plantard au început în 1956, când a legalizat organizația Priory of Sion, al cărei principal scop era de a pretinde tronul Franței pentru ultimul descendent merovingian, nimeni altul decât

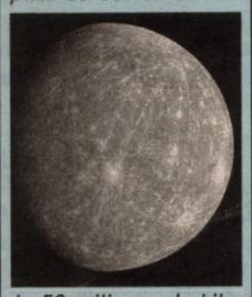
proiectantul Pierre Plantard, „urmaș direct al regelui Dagobert al II-lea" (trăitor în sec. VII).

Pentru a cere încoronarea, escrocul avea nevoie de autentificare, așa că doi complici au insinuat treptat documentele falsificate în Biblioteca națională a Franței, între 1965 și 1985. Dar, culmea ridicolului s-a produs atunci când în cartea „Holy Blood, Holy Grail" (1982) se lansa ideea că dinastia Merovingienilor ar fi fost începută de Iisus și Maria Magdalena, iar Prioria Sionului i-ar fi avut drept „braț armat" pe cavalerii templieri, pentru a conserva secretul „liniei dinastice a lui Iisus". Pus în fața unei situații de tot râsul – Plantard ar fi urmaș al lui Christos! –, impostorul a recunoscut public, în 1986, că totul fusese un fals.

Dar Pierre Plantard nu a pretins numai o genealogie extraordinară, ci și puteri paranormale speciale. A scris și câteva lucrări în acest sens, în care se lăuda că era amic cu președintele Charles de Gaulle... Escrocul a murit în anul 2000.

Ştiaţi că...

◆ *...planeta Mercur este cea mai apropiată de Soare? Se află*



la 58 milioane de kilometri de acesta.

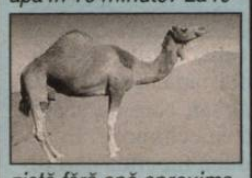
◆ *...apa pură nu conduce electricitatea? Impurităţile pe care le conţine o transformă într-un conductor electric.*

◆ *...porumbul a fost adus în Europa din America Centrală? În prezent, culturile de po-*

rumb au cea mai întinsă suprafaţă dintre toate cerealele, urmate de culturile de grâu.

◆ *...cel mai vechi dicţionar cunoscut din lume datează din anul 600 î.Hr.? A fost găsit în Mesopotamia şi a fost scris în limba akkadiană.*

◆ *...o cămilă poate bea 125 litri de apă în 10 minute? Ea re-*



zistă fără apă aproximativ 14 zile.

◆ *...primele parbrize de maşină au apărut în 1899? Erau foarte înalte, întrucât şi maşinile vremii respective atingeau adesea 2 metri înălţime.*

◆ *...Muzeul Naţional Brukenthal este prima instituţie de acest*

fel de pe teritoriul României? Se află în centrul municipiului Sibiu.

Ştiaţi că...

Graz
bastion al creştinismului

Situat pe malurile râului Mur, în sud-estul Austriei, în landul Stiria, Graz este al doilea oraş ca mărime din ţară.

Fondat după cât se pare în secolul al XII-lea, a fost construit în jurul Schlossberg-ului, numele lui provenind din slovenul „grad", care înseamnă *castel.*

Odată cu încoronarea lui Ferdinand de Habsburg devine capitală a Sfântului Imperiu German şi apoi, după împărţirea ţării de către Habsburgi, capitală a Austriei Inferioare. Cunoaşte o deosebită înflorire sub Carol al II-lea care, în 1585, fondează Universitatea din Graz. Această perioadă de glorie durează până în 1619, când Ferdinand al II-lea transferă Curtea Imperială la Berlin. În secolul al XIX-lea însă, arhiducele Ioan de Austria (Johann) îşi mută reşedinţa la Graz, susţinând modernizarea oraşului.

Turnul Ceasului Schlossberg

Acesta a rămas în istorie ca un bastion al creştinismului, stând în calea invaziilor turceşti, între secolele al XIII-lea şi al XVII-lea. Dovadă sunt numeroasele fortăreţe ridicate aici şi arsenalul de arme, totul fiind determinat de minereurile de fier din zonă.

Centrul vechi a fost el însuşi organizat astfel încât să reziste atacurilor musulmane şi, fiind admirabil conservat, face parte din patrimoniul mondial UNESCO.

Pe Schlossberg, dealul împădurit din centrul oraşului, se înalţă în vârf Turnul Ceasului care, odinioară, făcea parte din castelul-fortăreaţă. O ciudăţenie a acestui ceas este faptul că limba mare arată orele şi cea mică minutele. Fortăreaţa a rezistat şi atacurilor napoleoniene dar, după ce Bonaparte a cucerit Viena, aceasta a fost demolată. În 1809 oraşul a plătit o sumă imensă pentru păstrarea turnului cu clopot şi ceas.

Alături se află statuia de piatră a unui câine, despre care legenda spune că o salvase prin lătratul său pe Kunignude, fiica împăratului, cât pe ce să fie răpită de Matias Corvinus, a cărui cerere în căsătorie fusese refuzată.

În apropiere există un „teren al vrăjitoarelor", cu o pajişte înflorită, o pădure fermecată, un bârlog al hoţilor, o insulă a comorilor, un adevărat parc de distracţii pentru toate vârstele.

Catedrala gotică a oraşului, Dom St. Aegidus, se află în spatele colinei şi datează din 1464. Pe partea sudică a acesteia au fost reprezentate alegoric cele trei blesteme care nu au ocolit ţinutul: ciuma, turcii şi invazia de lăcuste.

În vecinătate a fost construit Mausoleul lui Ferdinand al II-lea, combinând barocul austriac şi linia bazilicilor romane. Sarcofagul de marmură roşie se află în domul oval.

Piaţeta medievală este locul în care aveau loc execuţiile publice şi în care se înalţă Rathaus, primăria oraşului, ridicată iniţial în 1550 şi care, de-a lungul veacurilor, a servit şi ca închisoare.

O clădire simbolică este Grazer Landhaus, prima clădire renascentistă din Graz, construită în 1357 după planurile arhitectului italian Domenico dele' Allio, găzduind în prezent Parlamentul landului Stiria

Graz Landhaushof

Dom St. Aegidius

şi prezentând o admirabilă curte interioară, unde au loc diferite evenimente.

Asemănător întrucâtva ca stil este Schloss Eggenberg, un complex princiar din secolul al XVII-lea, al cărui interior este dedicat astronomiei şi mitologiei.

Arsenalul stirian este cea mai mare colecţie de arme şi armuri din lume, fiind găzduit într-o clădire construită în 1645. Deţine 32 de mii de exponate.

Nu pot fi omise Biserica cu scări din 1343, Curtea Gotică a Ordinului Cavaleresc German, palatele baroc, mulţimea muzeelor, parcurile, Fântâna Împăratului Franz Josef, dar nici partea nordică, cu Muzeul de Artă Contemporană, cu o arhitectură aparte. Remarcabile sunt, de asemenea, noile galerii şi insula Mur, o imensă scoică plutitoare care leagă cele două maluri ale râului.

Oraşul găzduieşte şi două festivaluri de muzică clasică şi festivalul de avangardă Toamna Stiriană.

Casa Grigore Antipa

Înălţată în 1860, casa Grigore Antipa din Botoşani reprezintă locul unde s-a născut marele biolog, al cărui nume îl poartă şi fratele lui, naturalistul Nicolae Leon. Este construită în stil ecletic francez, cu influenţe rococo.

În interior sunt păstrate o serie de mărturii ale vieţii lor, fotografii şi bunuri personale ale familiei.

Recent, casa a găzduit şi Muzeul de Ştiinţe ale Naturii şi Centrul Militar Botoşani.

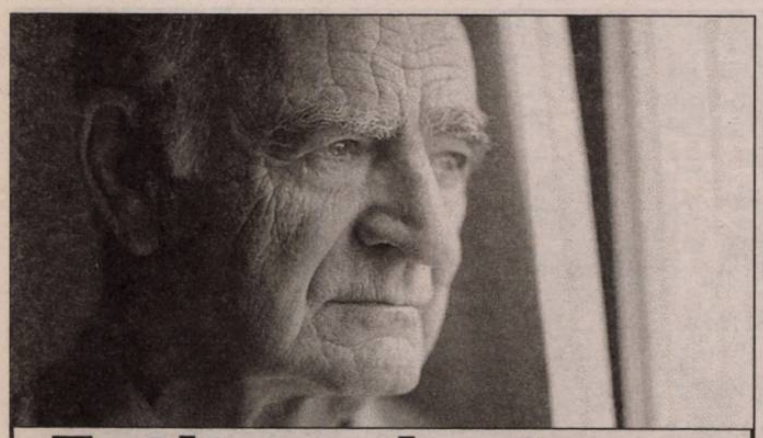
Pagină realizată de **IRINA STOICA**

Simboluri ale umanităţii

Bergelmir

Uriaş din mitologia scandinavă din epoca primordială a gerului, Bergelmir este un simbol al inteligenţei şi curajului.

După ce Odahinn l-a ucis pe gigantul Imir, din trupul acestuia a construit lumea, iar sângele lui a produs primul diluviu. Din această catastrofă, singurii supravieţuitori au fost Bergelmir şi soţia sa. Au fost salvaţi datorită ingeniozităţii lui Bergelmir, care la începutul catastrofei a scobit un trunchi de copac şi a făcut o luntre. A călătorit pe ea pe valurile de sânge şi a devenit corăbierul arhietipal. După ce a ajuns la un ţărm, a creat neamul „uriaşilor de brumă".



Fetiţa salvatoare

Noah, o fetiţă de 4 ani dintr-un oraş belgian, plecase la cumpărături cu mama ei. Au ales un magazin mare, având de cumpărat multe, pentru că i se promisese o petrecere importantă pentru aniversarea naşterii ei, care era peste câteva zile.

Plictisită însă de plimbările printre rafturile încărcate cu mărfuri, Noah s-a îndreptat spre un colţ unde a văzut un bărbat în vârstă care părea dezorientat. Curajoasă şi vorbăreaţă, fetiţa l-a luat de mână s-a prezentat şi, după ce i-a povestit multe despre ea: familie, casă, grădiniţă, l-a întrebat firesc – numele şi unde locuieşte. Bărbatul a rămas tăcut dar i-a zâmbit blând partenerei de discuţie iar mamei, venită lângă ei, i s-a părut scena atât de amuzantă, încât le-a făcut celor doi nişte fotografii.

Ajunsă acasă le-a postat pe internet şi a primit imediat mesaje din alt oraş.

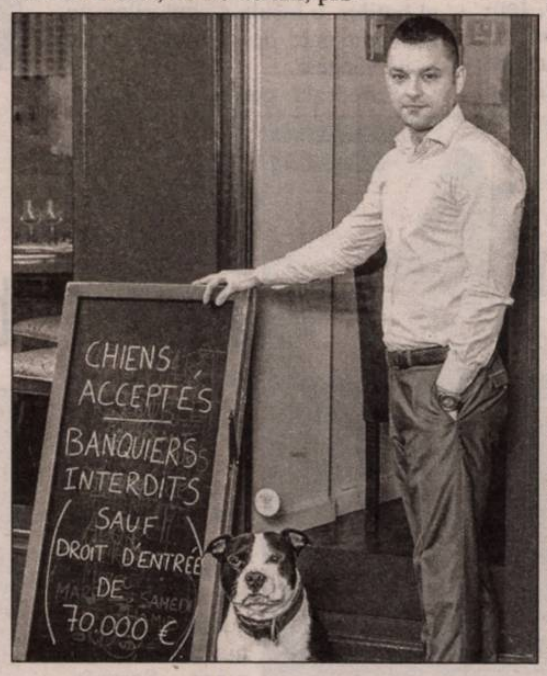
Bărbatul, în vârstă de peste 80 de ani, locuia în alt oraş şi a devenit brusc amnezic după moartea soţiei sale cu o zi înainte. Se urcase într-un tren şi ajunsese acolo unde fusese întâlnit de Noah.

Familia, care îl căutase toată ziua, l-a putut recupera uşor şi – neaşteptat – omului i-a revenit memoria astfel încât a putut să-i mulţumească fetiţei salvatoare. *(I.S.)*

Interzis bancherilor

Cine ar avea curajul nebunesc, în ziua de azi, să se opună într-un fel sau altul celor mai bogaţi oameni de pe planetă, adică bancherilor? Prima reacţie, aproape reflexă, este că un asemenea om trebuie să fie în realitate un sinucigaş. Totuşi, într-un context oarecum mai insolit, o asemenea atitudine devine nu doar posibilă, ci pusă efectiv în practică, motivaţia fiind una cât se poate de raţională. Vorbim despre Alexandre Callet, de 30 de ani, proprietarul localului gastronomic Ecuries de Richelieu inclus în prestigiosul Ghid Michelin. Şi reţineţi că nu din convingeri socialiste a adoptat poziţia care i-a stupefiat pe mulţi!

„Câinii sunt acceptaţi, Bancherii sunt interzişi!" Acest anunţ nu tocmai paşnic stă permanent scris pe tăbliţa instalată la intrarea în restaurantul lui Alexandre. Localul este frecventat de vedete, însă de îndată ce patronul recunoaşte printre clienţi pe vreunul dintre bancherii cu care a avut de-a face îl invită cu amabilitate, dar şi foarte ferm – nu să iasă, ci să plătească, pentru a putea rămâne, o „taxă de intrare" de 70.000 de euro.



Pare o farsă? Nu e deloc aşa. Şi iată cum explică Alexandre iniţiativa sa, care e de fapt o formă de protest non-agresivă, însă foarte inspirată: „În localul meu folosesc mijloace umane, financiare şi materiale mari. Iar cei care nu colaborează cu mine să fie convinşi că nici eu nu voi lucra pentru ei. Din momentul în care recunosc un bancher care s-a ocupat de dosarul meu sau un bancher de la o bancă vecină, aceştia nu au dreptul să intre. Le spun nu, nu veţi intra decât după ce plătiţi o taxă de 70.000 de euro."

De ce tocmai această sumă? Aceasta este valoarea creditului solicitat de Alexandre Callet pentru a deschide un nou local, dar care i-a fost refuzat. O sumă mai degrabă simbolică, fie şi având în vedere numai cifra de afaceri a faimosului local, dar care pentru bancherii puşi pe prăduială pesemne că ar fi însemnat două-trei mahmudele mai puţin în buzunarele lor.

„Nu le-am cerut să-mi dea bani, nu sunt un cerşetor. I-am abordat ştiind că astfel, în fond, eu îi ajutam pe ei să câştige în plus, aşa cum mai făcusem în trecut." – a mai declarat Alexandre, căruia numai în 2008, la deschiderea primului restaurant, cererea de credit i-a fost refuzată de peste 20 de ori! *(A.N.P.)*

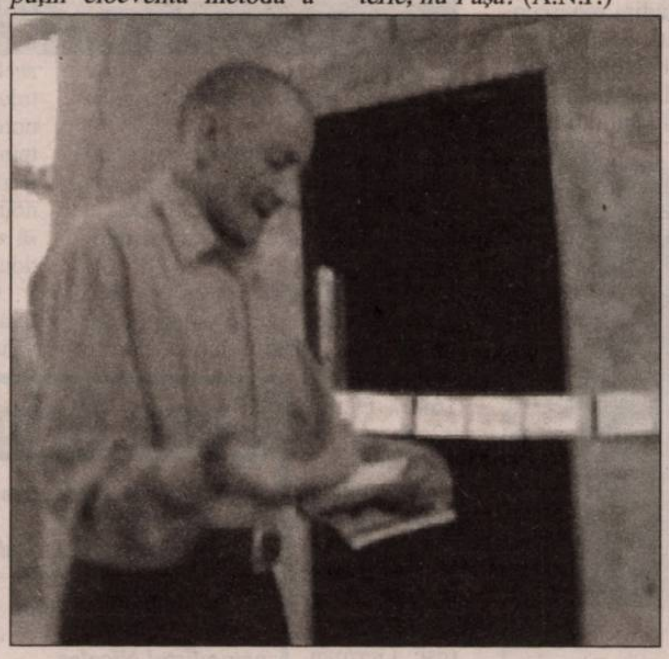
Când „al mai bătrân" câştigă!

Nebănuite sunt căile electoralelor! De la o ţară la alta, detaliile legilor în domeniu pot include amănunte fără îndoială de un insolit absolut legal, însă destul de dificil de explicat în mod raţional. Să ne gândim, de pildă, la alegeri politice ca la un meci de calificare, unde sunt prevăzute criterii de departajare care mai de care mai „interesante".

În cazul de faţă ne referim la o metodă cel puţin interesantă, datorită căreia un anume José Fernandes Ferreira a devenit noul primar ales al oraşelului Carius din nord-estul Braziliei. Prilej cu care, pentru prima dată în viaţă, a fost bucuros că a lăsat cumva în urmă anii tinereţii.

La ultimele alegeri pentru primărie, Ferreira, candidat al partidului de dreapta PSDB, a obţinut 5.811 de voturi. Problema era că exact tot atâtea sufragii a obţinut şi adversarul său, Antonio Valdenizo da Costa, de la partidul evanghelic PMB.

În această situaţie, articolul 110 din Codul electoral brazilian stipulează că departajarea se va face după criteriul... vârstei; în favoarea celui mai „bătrân". Aşa se face că Ferreira a ajuns la primărie, el având 46 de ani, în timp ce al doilea pretendent împlinise „numai" 41 de ani. Sistemul este aplicat şi în alte ţări, însă de cele mai multe ori se recurge la prea puţin elocventa metodă a tragerii la sorţi, care e un fel de loterie. Dar, în fond, tot ce înseamnă politică e o loterie, nu-i aşa? (A.N.P.)



Coincidenţă tragică

În cazuri care poate că nu sunt chiar atât de rare precum par, se petrec anumite întâmplări – comune, le-am spune, dacă nu ar frapa prin altă trăsătură – pe care le catalogăm aproape spontan drept coincidenţe. Unele sunt relativ banale, altele fericite, dar altele au o încărcătură tragică greu de evaluat.

Un astfel de destin crud a avut britanicul Dean Dewhurst, care la vârsta de 28 de ani şi-a pierdut viaţa într-un accident de automobil. Sigur, din nefericire, asemenea nenorociri se petrec zilnic în trafic, pe tot mapamondul, însă aici apare în plus un amănunt şocant.

Locul în care s-a petrecut accidentul respectiv, în localitatea Clitheroe, pe autostrada A-19, este exact locul în care, cu 19 ani în urmă, îşi pierduseră viaţa ambii săi părinţi, într-un incident rutier similar. La bordul autoturismului tânărului se aflau şi cei doi fraţi ai săi, care au scăpat însă doar cu câteva echimoze. Ei fuseseră crescuţi, după moartea părinţilor, de bunici şi de o familie apropiată. Iar ca tragedia să fie încă şi mai tulburătoare, potrivit presei britanice, Dean şi fraţii săi se îndreptau chiar către locul unde doreau să-şi comemoreze părinţii şi unde maşina lor a intrat în coliziune cu un camion de pâine... *(A.N.P.)*

Atac neaşteptat

Doi soţi tineri îşi petreceau câteva zile de vacanţă într-un hotel din Zimbabwe. Simţindu-se excelent, s-au gândit că e plăcut să petreacă o noapte sub cerul liber şi, fără să stea prea mult pe gânduri, au ieşit pe o terasă, unde nu mai era niciun amator de distracţii nocturne. Încântaţi, au plonjat în piscină. Se pare însă că râsetele lor au atras un musafir. Dintr-un tufiş apropiat a ţâşnit un crocodil, care s-a aruncat în apă.

Bărbatul, aflat mai aproape de marginea piscinei, a ţâşnit imediat afară, dar femeia a rămas puţin în urmă. A fost suficient timp ca reptila s-o atace, muşcând-o de braţ şi umplând apa de sânge. Cu multă prezenţă de spirit, ea a reuşit să se strecoare sub burta crocodilului, departe de fălcile ameninţătoare.

Imediat, bărbatul a plonjat din nou în bazin, încercând să abată atenţia reptilei de la tânăra rănită pe care aceasta a muşcat-o încă odată.

Cu mari eforturi şi riscuri, cei doi au reuşit să iasă la mal, mai ales că din hotel au intervenit câţiva oameni alertaţi de ţipetele lor şi fiind înarmaţi cu prăjini ascuţite. Animalul a reuşit la rândul lui să fugă, iar tinerei i s-au dat îngrijirile necesare. *(I.S.)*

Filme care au schimbat istoria

Majoritatea oamenilor merg la cinematograf spre a se deconecta de problemele şi grijile zilnice, văzând lucruri care „se petrec numai în filme". Dar a şaptea artă nu este doar spectacol, căci filmele ne oferă, de multe ori, nu doar fiori ieftini şi râsete şi mai ieftine. Adesea, ele au puterea de a schimba istoria. Iată, în cele ce urmează, câteva producţii cinematografice a căror influenţă a fost atât de mare încât a transformat cursul politicii şi al istoriei în viaţa reală.

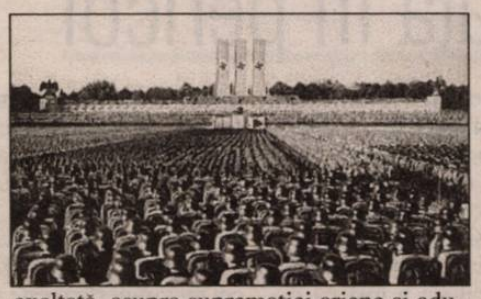
Naşterea unei naţiuni (1915)

Opera de căpătâi a legendarului regizor David W. Griffith, „Naşterea unei naţiuni", a revoluţionat arta creării de filme, devenind instantaneu un fenomen cultural. Aceasta a constituit însă o problemă, dat fiind faptul că o bună parte din film este, în esenţă, propagandă rasistă, proslăvind eroismul grupării Ku Klux Klan.

Masiva popularitate a peliculei a declanşat o reînviere, pe plan naţional, a KKK şi a dus la adoptarea multor legi rasiste la nivel guvernamental. Preşedintele Woodrow Wilson nu doar că a prezentat filmul într-un cadru privat, pentru membrii cabinetului său, la Casa Albă, dar a fost citat copios în subtitlurile filmului. Drept urmare, relaţiile dintre rase, în America, au continuat să fie tensionate încă timp de două generaţii.

Triumful voinţei (1935)

Considerat „cel mai infam" film realizat vreodată, „Triumful voinţei" reprezintă, totodată, şi cea mai de succes peliculă din istoria genului. Oda regizoarei Leni Reifenstahl pentru partidul nazist şi Adolf Hitler a fost deosebit de populară în Germania, prezentând o viziune romantică,



exaltată, asupra supremaţiei ariene şi adunând masele populare în jurul regimului nazist. „Triumful voinţei" l-a ajutat pe Hitler să-şi consolideze puterea, stabilindu-şi o largă bază populistă de admiratori vrăjiţi de puternicele imagini ale filmului. Fanatismul cu care unii soldaţi germani au luptat în Al Doilea Război Mondial e cauzat în mare măsură de acest film de propagandă.

Bătălia pentru Alger (1966)

Unul dintre cele mai influente documentare, „Bătălia pentru Alger", constituie o cronică necosmetizată a războiului algerian de independenţă contra Franţei, desfăşurat între 1954 şi 1957. Deşi regizorul Gillo Pontecorvo a afirmat că dorinţa lui sinceră a fost să ofere o perspectivă neutră asupra conflictului, autorităţile franceze l-au acuzat făţiş că face jocul algerienilor.

Filmul lui a fost considerat prea periculos politic spre a putea fi difuzat în Franţa şi, ca atare, a fost interzis în cinematografele din această ţară timp de 5 ani. Din fericire, el a fost prezentat în alte ţări, acţionând ca un veritabil manual pentru insurgenţii – şi contrainsurgenţii – din toată lumea. Orice organizaţie considerată „teroristă", de la Panterele Negre din America până la gruparea nord-irlandeză IRA, au studiat tehnicile expuse în film, în vreme ce Pentagonul l-a proiectat soldaţilor americani în 2003, ca parte a programului de instruire pentru înfrângerea gherilelor irakiene.

Alfie (1966)

Acest clasic cinematografic, cu un foarte tânăr Michael Caine în rolul principal, a reprezentat un şoc la lansarea sa în Marea Britanie, ţară unde avortul era încă ilegal. Punctul culminant al peliculei e atins atunci când una dintre iubitele efemere ale personajului principal rămâne însărcinată şi suferă un avort traumatic. Publicul a fost profund mişcat, iar mişcările feministe de masă lansate în acest context

au determinat Parlamentul britanic să voteze „Legea avortului", în 1967, care legaliza avorturile în Marea Britanie, cu condiţia să fie practicate de medici, şi nu de neprofesionişti, precum se întâmpla în „Alfie".

Scurt film despre crimă (1988)

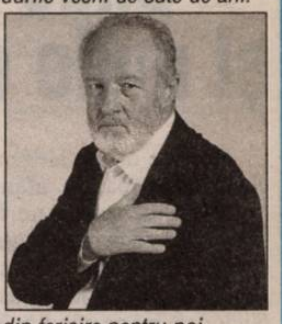
Făcând parte din celebrul „Decalog" al regizorului polonez Krysztof Kieslowski, această peliculă este de-a dreptul impresionantă, dar e atât de bine făcută încât te simţi obligat să o vezi, chiar dacă ştii că îţi va lăsa un gust amar. Cu alte cuvinte, este

un „film-mesaj". Pelicula, care compară şi pune semnul egalităţii între acţiunile unui criminal brutal şi acţiunile statului care-l execută pentru crimă a declanşat o intensă dezbatere privind pedeapsa cu moartea în Polonia. Milioanele de spectatori au fost zguduiţi de argumentele filmului, iar presiunea opiniei publice a fost atât de intensă încât, în plin regim comunist, pedeapsa cu moartea a fost abolită în Polonia.

PORTRET

Vladimir Găitan

Vladimir Găitan se numără printre cei mai iubiţi şi apreciaţi actori români. Născut în Suceava, şi-a petrecut copilăria de poveste în imediata vecinătate a cetăţii lui Ştefan cel Mare, pe care ajunsese s-o cunoască atât de bine, încât a fost desemnat de către profesorii de la muzeul de istorie drept ghid, conducând diverse grupuri de turişti printre zidurile vechi de sute de ani.



Nu visa însă pe atunci să umple scena, ci îşi dorea să fie geolog.

Din păcate pentru tânărul animat de dorinţa de a dezlega tainele geografiei, dar din fericire pentru noi, publicul român, Găitan nu a fost admis la Facultatea de Geologie, din pricina mentalităţilor politice din acele vremuri, însă un vechi prieten, actor pensionar, l-a convins să se înscrie la Teatru. Şi bine a făcut, căci a fost admis primul pe listă la IATC, în Capitală.

Din 1970, când a absolvit facultatea, până în prezent, cariera lui s-a construit pas cu pas, nimic nu l-a putut opri pe chipeşul şi fermecătorul actor din ascensiunea care continuă şi astăzi, după 46 de ani de scenă. Ni-l amintim cu toţii cu plăcere din filme precum „Reconstituirea", considerat una dintre cele mai bune realizări cinematografice române din toate timpurile, „Ultima noapte de dragoste" unde joacă magistral rolul principal, dar şi din piese de teatru ca „Trei surori", „Fuga", „Don Juan" şi multe multe altele. În ultimii ani, a jucat în seriale de televiziune realizate de MediaPro Pictures.

După Revoluţie, Vladimir Găitan s-a preocupat îndeaproape de managementul instituţiilor culturale, înfiinţând companii de teatru şi dedicându-se unor acte culturale de binefacere. Din 2001 este directorul teatrului „C.I. Nottara". În viaţa de familie se consideră fericit şi împlinit. Este alături de femeia de care s-a îndrăgostit la prima vedere şi împreună cu care are un băiat şi o fată. Aceasta din urmă i-a călcat pe urme tatălui, Gloria fiind absolventă a UNATC.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

Colţul cu litere

În căutarea rădăcinilor

Recent, la Humanitas Fiction, în colecţia Raftul Denisei, a apărut cartea de povestiri *Poate Estera* (Traducere din germană şi note de Alexandru Al. Şahighian), scrisă de Katja Petrowskaja. Pentru acest volum de povestiri, autoarea a fost distinsă, în 2013, cu Premiul Ingeborg Bachmann, unul dintre cele mai importante premii germane, destinat unei cărţi nepublicate, în 2014, cu Premiul Ernst Toller şi cu Premiul de literatură „aspekte", iar în 2015, cu Premiul Strega Europeo.

În *Poate Estera,* Katja Petrowskaja, născută într-o familie evreiască din Ucraina, se află în căutarea originilor sale, descoperindu-şi filiaţia încetul cu încetul: un frate al bunicului, al cărui atentat împotriva unui ambasador german a declanşat, poate, cel de-al Doilea Război Mondial; un bunic prizonier de război reapărut cu patruzeci şi unu de ani mai târziu; o străbunică ce se numea, poate, Estera, şi care, aflată la Kiev în 1941, a luat ea singură drumul râpii Babii Iar, unde trupele SS i-au ucis pe toţi locuitorii evrei din oraş...

Cartea se constituie din istorisirile unor asemenea destine sfărâmate, din amintiri şi investigaţii precise la faţa locului ori prin arhive; în ciuda caracterului documentar, amestecul tuturor acestor elemente, alternând virtuoz între trecut şi prezent, se transformă în literatură în sensul cel mai adevărat al cuvântului. „O scriitură minunată, plină de forţă... un cadou formidabil oferit limbii germane", îşi motivează alegerea juriul Premiului Ingeborg Bachmann.

Despre Katja Petrowskaja nu se ştiu foarte multe, iată câteva date: s-a născut în 1970 la Kiev. Studiază filologia la Tartu, în Estonia, apoi la New York, Stanford şi Moscova, obţinând titlul de doctor cu lucrarea sa despre poetul rus simbolist Vladislav Hodasevici. Din 1999 se stabileşte la Berlin, ca jurnalistă, colaborând la mai multe publicaţii ruseşti şi de limbă germană *(Neue Zürcher Zeitung, Tageszeitung, Frankfurter Allgemeine Sonntagszeitung ş.a.). Poate Estera (Vielleicht Esther, 2014)* a fost scrisă în germană şi este prima ei carte, tradusă între timp în peste douăzeci de limbi. Fulminantă carieră literară!

Iată şi un flavor stilistic din Capitolul I, Arborele familial: „La început credeam că arborele genealogic e un soi de brad, un pom cu podoabe scoase din lăzi vechi – fragile cum sunt, câteva globuri se sparg, câţiva îngeri sunt urâţi şi robuşti şi supravieţuiesc tuturor mutărilor dintr-o locuinţă în alta. Oricum, bradul era singurul arbore familial pe care-l aveam, în fiecare an era cumpărat unul nou şi apoi aruncat cu o zi înaintea zilei mele de naştere. Îmi închipuisem că-i suficient să povesteşti despre aceşti câţiva oameni care întâmplător îmi erau rude, pentru a avea întreg secolul XX în buzunar.

Unii din familia mea se născuseră spre a-şi vedea de vocaţia lor, în credinţa certă, dar niciodată exprimată prin viu grai, că vor repara lumea. Alţii păreau căzuţi din lună, nu prindeau nicăieri rădăcini, fugeau încolo şi-ncoace abia atingând pământul şi rămâneau în aer ca o întrebare, ca un paraşutist prins în rămurişul unui pom. În familia mea găseai de toate, aşa gândeam cu suficienţă, un ţăran, mulţi profesori, un provocator, un fizician şi un poet, dar mai ales găseai legende."

GEORGE CUŞNARENCU

Unde dai şi unde crapă!

De câte ori ne alegem cu o răceală sau chiar cu gripă, în afara tratamentului şi protecţiei personale ne ferim de obicei să favorizăm transmiterea germenilor bolii către cei din familie ori către colegii de serviciu, cu care ne aflăm în contact câteva ore pe zi. Niciodată nu ne gândim însă că şi tratamentul însuşi al bolii are aceeaşi capacitate, la un anumit nivel, de a facilita răspândirea microbilor şi virusilor. Într-adevăr, medicamentele pentru tratarea răcelii şi gripei îi pot face pe pacienţi să se simtă mai bine, însă pot afecta sănătatea prietenilor şi a colegilor, întrucât contribuie la răspândirea cu mai multă uşurinţă a microbilor.

Potrivit oamenilor de ştiinţă, aspirina, paracetamolul şi ibuprofenul pot face ca persoana care şi le administrează să se simtă mai bine, întrucât ajută la scăderea temperaturii, dar, în acelaşi timp, aceste medicamente fac ca microbii să se răspândească mai uşor. Drept urmare, mai multe persoane se pot îmbolnăvi, pe lângă bolnavul-„sursă". Cercetătorii canadieni au constatat că medicamentele luate de persoanele care au gripă, pentru a scăpa de transpiraţie şi frisoane, sunt responsabile pentru cel puţin un caz de boală din alte 20 şi mai multe decese.

Cercetătorii sunt de părere că persoanele bolnave ar trebui să stea acasă, să se odihnească şi să mănânce supă, în loc să ia pastile. De asemenea, se crede că temperaturile ridicate în urma instalării febrei determină sistemul imunitar să lupte contra infecţiei. În absenţa febrei, cantitatea de virusuri din tuse şi strănut creşte, astfel încât microbii se răspândesc mai repede.

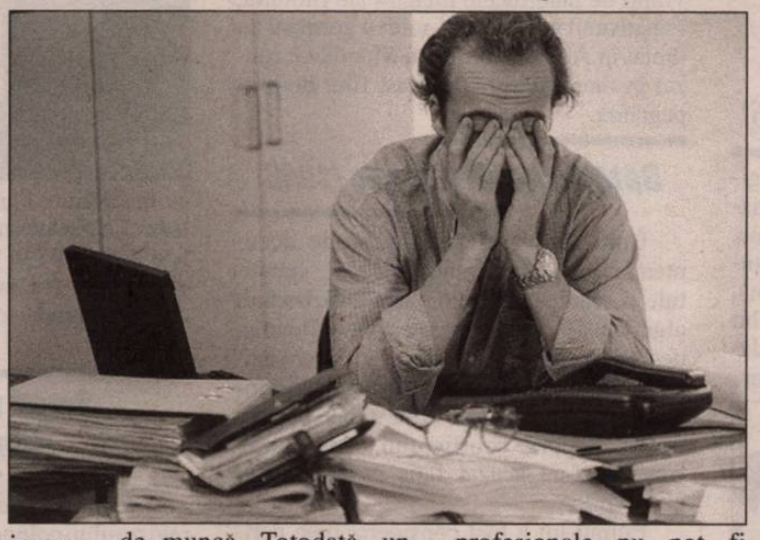
Fanaticii muncii

îşi pun viaţa în pericol

Cu un termen englez adoptat pe plan mondial, aceşti oameni sunt numiţi *workaholics,* ***în traducere liberă, „dependenţi de muncă"; ceva oarecum similar toxicomanilor dependenţi de droguri, de alcool ori de anumite medicamente.***

Incapacitatea de a controla utilizarea timpului de care dispun, stresul la locul de muncă le reduc considerabil durata de viaţă şi măresc direct proporţional probabilitatea de a muri începând de la vârsta de 60 de ani (cu nu mai puţin de 34%). Psihologii de la Universitatea americană din Indiana au stabilit că o profesie dificilă şi furnizoare de foarte mult stres poate, într-adevăr, să ucidă un om. Pentru a ajunge la această concluzie, ei au examinat circa 2.400 de persoane care continuau să lucreze după 60 de ani.

Conform testului, s-a comparat numărul deceselor persoanelor a căror muncă era relativ uşoară cu numărul celor care aveau o muncă dificilă, încărcată cu numeroase sarcini de serviciu şi responsabilităţi.



De asemenea, subiecţii au menţionat dacă se considerau responsabili pentru rezultatele muncii lor, dacă efectuau ore de lucru suplimentare şi dacă se simţeau liberi să ia decizii la serviciu. Concluzia a fost că o activitate profesională dură şi plină de responsabilităţi poate, într-adevăr, să determine decesul persoanei respective, la fel ca excesul de muncă. Totodată, un serviciu plin de responsabilităţi asociat cu libertatea de acţiune măreşte acest risc cu 15%, în timp ce o activitate similară, dar asociată cu absenţa libertăţii de acţiune şi de decizie îl măreşte cu 34%.

Tipul de muncă are, de asemenea, un rol important în această problemă. În general, persoanele care lucrează într-un domeniu industrial şi efectuează o muncă fizică dură înregistrează cele mai multe riscuri, în comparaţie, de pildă, cu agricultorii sau cu lucrătorii de birou. Totuşi, dincolo de asemenea concluzii care nu mai necesită argumente suplimentare, cel mai important este să se stabilească dacă problema în discuţie poate fi remediată, în condiţiile în care caracteristicile nenumăratelor tipuri de activităţi profesionale nu pot fi schimbate.

Cercetătorii consideră că angajaţii care prezintă riscuri de genul celor menţionate mai sus trebuie să solicite angajatorilor mai multă libertate de manifestare, inclusiv o repartizare a timpului de lucru într-un program mai flexibil şi participarea la luarea de decizii. Asemenea relaxări ale activităţii profesionale ar neutraliza efectele negative ale unei activităţi dificile, potrivit cercetătorilor.

Efecte ale fumatului în adolescenţă

Fumatul dăunează grav sănătăţii. Adevărat! Dar pericolul e infinit mai mare: atunci când încă nu a ucis, fumatul distruge iremediabil destine, pornind de la stările psihice induse de efectele inhalării componentelor deosebit de toxice ale ţigărilor.

Un studiu publicat în revista *Journal of American Medical Association* menţionează că persoanele care au fumat în adolescenţă cel puţin un pachet de ţigări pe zi sunt de 15 ori mai susceptibile de a dezvolta tulburări de panică sau episoade repetitive de panică în timpul maturităţii timpurii, faţă de cele care nu au fumat. Tulburarea de anxietate generalizată, caracterizată prin sentimente de teamă sau griji, se dezvoltă la maturitatea timpurie de cinci ori mai frecvent în rândul fumătorilor, spre deosebire de nefumători. Acelaşi lucru a fost constatat şi pentru agorafobie, definită ca o teamă patologică de spaţiile deschise, aceasta apărând de şapte ori mai frecvent la persoanele care au fumat foarte mult de-a lungul adolescenţei.

„Acest studiu marchează un nou pas şi este important din două motive, a declarat Matthew Myers, preşedintele Campaniei anti-tutun-Free Kids. În primul rând, demonstrează faptul că fumatul cauzează aproape imediat probleme serioase. Nu trebuie să aşteptaţi 20 de ani pentru a vă confrunta cu probleme grave de sănătate legate de fumat. În al doilea rând, a existat mult timp un mit printre adolescenţi conform căruia fumatul constituie o modalitate de a calma nervii şi de a concentra atenţia. Acest lucru demonstrează că în fapt opusul este cel adevărat."

Cea mai mare parte a studiilor arată faptul că adolescenţii cred că ei nu vor avea probleme cu renunţarea la fumat şi că nu strică să fumeze în timpul anilor adolescenţei. Dar studiul spune o poveste diferită şi deschide ochii publicului-ţintă. Chiar dacă fumezi doar timp de câţiva ani, posibilitatea de a suferi consecinţe rele substanţiale şi serioase este foarte ridicată. Acesta este un mesaj foarte important, care merită promovat, astfel încât noile generaţii să fie educate să nu mai consume tutun în cantităţi atât de mari. Sau, şi mai bine, deloc!

Cercetătorii avertizează însă şi cu privire la faptul că anxietatea se poate dezvolta, de asemenea, pe fondul renunţării la nicotină, motiv pentru care este important ca oamenii să fie conştienţi de acest fapt atunci când decid să renunţe.

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Lumea întreagă se confruntă cu o epidemie de obezitate, în creştere continuă. În medie, circa o persoană cu vârsta de peste 18 ani din şase (15,9%) este considerată obeză în Uniunea Europeană şi mai mult de jumătate (51,6%) este supraponderală, notează Biroul European de Statistică subliniind că aceste procente cresc odată cu vârsta şi scad în funcţie de nivelul de educaţie. Malta se prezintă ca fiind ţara cea mai afectată, cu 28,1% bărbaţi obezi şi 23,9% femei obeze. Este urmată de Letonia şi Ungaria, în timp ce Marea Britanie se clasează pe locul cinci. Franţa se plasează mai bine, cu o medie 15,3% persoane obeze, bărbaţi şi femei.

Vestea (încă) relativ bună pentru noi este că România se plasează spre finalul clasamentului cu 9,4% de persoane obeze (9,1% bărbaţi şi 9,7% femei), în timp ce Italia şi Olanda completează podiumul

Reperele dramatice ale obezităţii

„elevilor buni" ai Europei. Biroul European de Statistică subliniază şi corelaţia clară cu nivelul de educaţie: în timp ce obezitatea afectează o persoană din cinci (19,9%) în rândul celor cu un nivel slab de educaţie (şcoala generală), procentul scade la 16% la cei cu o educaţie medie (liceu) şi la 11,5% la cei cu un nivel înalt de educaţie (studii superioare).

Sunt considerate obeze persoanele al căror indice de masă corporală (IMC) depăşeşte 30. IMC este un instrument de evaluare a greutăţii raportată la înălţime. Un IMC crescut reprezintă un factor de risc pentru obezitate. De asemenea, pentru aprecierea excesului ponderal este utilizată şi circumferinţa abdominală. La nivel mondial, numărul cazurilor de obezitate s-a dublat din 1980, potrivit Organizaţiei Mondiale a Sănătăţii. În 2014, 39% din adulţi erau supraponderali, dintre care 13% erau obezi. Excesul ponderal generează numeroase complicaţii: diabet zaharat, afecţiuni cardiace şi cerebrovasculare, hipertensiune arterială, apnee şi tulburări locomotorii.